Protégez-Vous

www.protegez-vous.ca

La référence des consommateurs



LES MEILLEURES TREMPETTES

- TOUT SUR NOS PRODUITS RECOMMANDÉS
- LA VÉRITÉ SUR LES ALLÉGÉES
- IDÉES DE TREMPETTES-DESSERTS

150 TREMPETTES ÉVALUÉES

Skimmer

Juillet 2009 • 4,75 $

CLIMATISATION

Thermopompes: est-ce pour vous?

5 points à considérer avant d'acheter • Gare à l'installation!

Climatiseurs de fenêtre ou portatifs

Comment choisir le bon appareil? • 5 conseils de base à suivre

NOUS SOMMES RICHES…

…de nos valeurs

La solidarité

Chez nous, la solidarité et l'entraide, c'est permettre à des familles qui perdent un enfant de recevoir des services funéraires sans frais (jusqu'à 2500 $) afin qu'elles puissent consacrer toute leur énergie à vivre cette épreuve, sans tracas financier.





La démocratie

Les 27 coopératives funéraires du Québec appartiennent à plus de 150 000 Québécois qui ont choisi de faire confiance à une entreprise à propriété locale. Chaque année, la coopérative invite ses membres à une assemblée générale pour leur présenter le rapport de ses activités et son bilan financier. Les membres s'assurent ainsi que leur coopérative réponde à leurs besoins.

La compassion

Nous connaissons la peine que doivent vivre les familles en deuil. Voilà pourquoi nous offrons aux familles endeuillées des outils de soutien afin qu'elles puissent trouver du réconfort et de l'apaisement. Tous nos clients reçoivent sans frais la série de brochures *Auprès de vous* pour les soutenir dans leur deuil.





La coopération entre les coopératives

Grâce à une entente entre toutes les coopératives, les clients peuvent transférer un arrangement préalable dans plus de 70 localités lors d'un déménagement. Les membres profitent ainsi d'un avantage exclusif aux coopératives funéraires.

Nous sommes une coopérative funéraire !

LES COOPÉRATIVES FUNÉRAIRES DU QUÉBEC

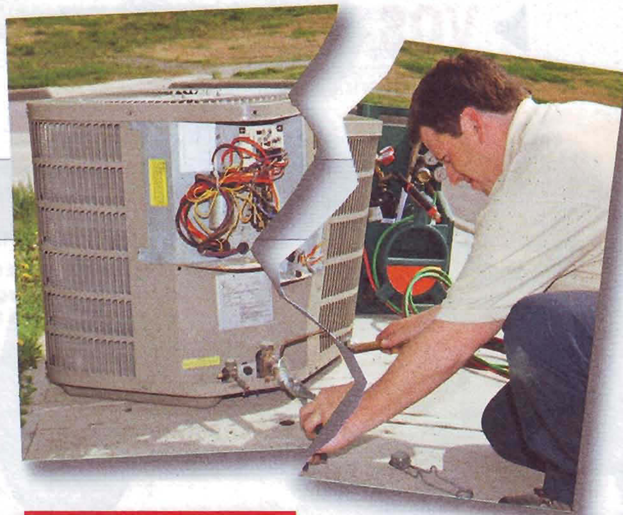
Pour connaître la coopérative funéraire la plus près de chez vous :
819 566-6303, poste 21
www.fcfq.qc.ca

Protégez-Vous
www.protegez-vous.ca
La référence des consommateurs

SOMMAIRE

Juillet 2009







Chroniques

Photo de la page couverture: Réjean Poudrette

par Lise Bergeron



Une garantie prolongée?

J'achète une Nissan Sentra 2009 et le concessionnaire me propose un «programme sécuritaire prolongé Nissan 60 mois/80 000 km» pour 1165 $ plus taxes. Je parcours environ 15 000 km par année. Recommandez-vous cet achat?

Monique Lebeau

PV *L'Association pour la protection des automobilistes (APA), à qui nous avons soumis votre question, vous conseille de refuser cette garantie prolongée. La fiabilité des récentes Nissan Sentra semble meilleure que celle de l'ancienne génération; du moins, l'APA n'a pas reçu de plaintes jusqu'à maintenant. De plus, le kilométrage relativement faible que vous parcourez annuellement ne justifie pas l'achat de cette protection.*

Un conseil: demandez à votre concessionnaire s'il vous serait possible d'acheter la garantie plus tard, par exemple au bout de trois ans, juste avant que ne se termine la garantie de base. De cette façon, vous auriez le temps d'évaluer la fiabilité de l'auto à court terme et de juger de façon éclairée si une garantie prolongée pourrait être utile après trois ans.

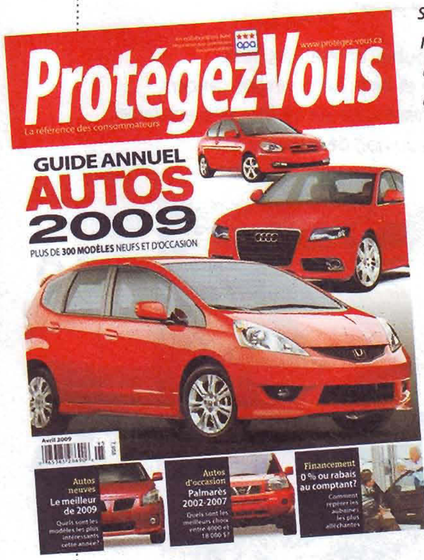
Pourquoi un «citron»?

Dans votre édition *Autos 2009*, vous mentionnez que la Chevrolet Epica est un citron, mais vous ne dites pas pourquoi. Qu'est-ce qui vous amène à la considérer comme tel?

Pierre Brouillet
Laval

PV *Les véhicules qui se trouvent dans la section des «citrons» sont à éviter pour une ou plusieurs raisons. Dans la plupart des cas, c'est à cause de leur fiabilité douteuse. L'Association pour la protection des automobilistes (APA) dresse ce bilan de fiabilité à partir des plaintes qu'elle reçoit de ses membres et des lecteurs de Protégez-Vous, à partir des renseignements que lui fournit un réseau de garagistes experts, de même qu'à partir des informations que lui donnent des personnes-ressources qui travaillent chez des concessionnaires.*

Dans le cas de la Chevrolet Epica, c'est surtout sa très courte présence sur le marché qui en rend l'achat risqué. L'Epica a été offerte pendant seulement trois ans et ses ventes se sont avérées très faibles. De plus, contrairement à la plupart des véhicules GM, l'Epica n'a presque aucune composante en commun avec d'autres modèles du constructeur. L'approvisionnement en pièces de rechange spécialisées (modules électroniques, pièces internes du moteur, garnitures intérieures, etc.) s'annonce donc plus difficile que la moyenne.



En outre, l'Epica est en réalité une voiture Daewoo conçue et assemblée en Corée du Sud, et rebaptisée Chevrolet pour notre marché. L'expérience des membres de l'APA et de ses garagistes experts avec les modèles Daewoo distribués en Amérique du Nord, qu'ils portent le nom de Daewoo ou de Chevrolet, s'est avérée tumultueuse jusqu'en 2006. Pour toutes ces raisons, Protégez-Vous et l'APA conseillent aux consommateurs d'éviter une Epica d'occasion dont ils ne connaissent pas l'historique.



Indiquez vos nom et ville de résidence.
Notez que les lettres peuvent être abrégées.
reactions@protegez-vous.ca

Des normes pour les scooters d'occasion?

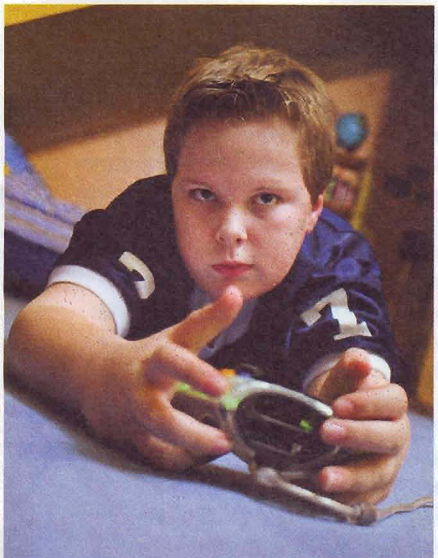
Les scooters d'occasion de moins de 10 ans doivent-ils satisfaire à des normes avant l'achat et l'immatriculation?

Florence Sanborn

PV *Tous les cyclomoteurs doivent se conformer aux normes établies par Transports Canada et par le Code de la sécurité routière. Par exemple, ils doivent être munis d'un phare blanc à l'avant et d'un feu rouge à l'arrière.*

Par ailleurs, depuis 2008, il est interdit de modifier la performance d'un cyclomoteur, une pratique auparavant très populaire. Avant d'acheter et d'immatriculer un scooter, demandez s'il a été modifié. Si c'est le cas, il pourrait être considéré comme ayant une cylindrée supérieure à 50 cm^3, ce qui a un impact sur le coût d'immatriculation, le cours à suivre, le permis à obtenir, etc.

Société de l'assurance automobile du Québec
1-800-361-7620
www.saaq.gouv.qc.ca



Juste en anglais

Je vous écris pour commenter la brève «Jeux vidéo: les jeux sont faits» de Stéphanie Perron (PV janvier 2009). Je ne trouve pas d'information sur cette loi, valide depuis avril, qui oblige les commerçants à vendre une version française de leurs jeux si elle existe déjà. J'ai questionné le vendeur à ce propos et il m'a dit ne pas être au courant. Merci pour vos articles toujours intéressants et instructifs.

Nicolas Lavertu
Chambly

PV *Selon une entente signée entre l'Office québécois de la langue française (OQLF) et l'Association canadienne du logiciel de divertissement, les éditeurs de jeux vidéo avaient jusqu'au 1er avril 2009 pour se conformer à l'article 52.1 de la Charte de la langue française. Selon cette entente, «tous les nouveaux jeux vidéo pour les consoles de nouvelle génération vendus au Québec [doivent] être offerts en français lorsque la version française existe quelque part dans le monde». En cas d'infraction, le fabricant et le détaillant s'exposent à des amendes. Pour en savoir plus, consultez la section «Francisation par secteurs/Les jeux vidéo et le français» sur le site de l'OQLF.*

Office québécois de la langue française
1-888-873-6202
www.oqlf.gouv.qc.ca

LE MOIS PROCHAIN



TEST

Détergents à lessive

Parmi les produits pour laveuses à haute efficacité, les «verts» sont-ils meilleurs que les autres?

ENVIRONNEMENT
Virage vert des entreprises: effort réel ou poudre aux yeux?

ESSAI SUR ROUTE
Honda Insight, Volkswagen Jetta TDI, Ford Escape hybride, Toyota Highlander hybride

SEPTEMBRE
ÉVALUATION
Plus de 200 pains tranchés analysés

TEST
Les GPS à l'épreuve

Photo: Réjean Poudrette

Convention de la Poste-publications: nº 40005188
Nº d'enregistrement: 10749
Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada au:
SERVICE DES ABONNEMENTS
C.P. 5000, succ. Saint-Martin, Laval (Québec) H7V 0A5
1-866-895-7186

par Stéphan Dussault et Stéphanie Perron

Entrepreneurs

Creusez l'information...

Prenez garde aux entreprises qui affichent des numéros de licence non valides de la Régie du bâtiment du Québec (RBQ). En cas de pépin, vous n'avez aucune chance de vous faire indemniser par la RBQ et le risque est élevé de voir la compagnie s'évaporer dans la nature. Voici le dernier cas que nous a rapporté un lecteur de *Protégez-Vous*.

En mai dernier, il demande au Groupe Excava-max d'évaluer un problème d'infiltration d'eau dans sa maison. Tout va bien, se dit-il, le «RBQ: 8332-9300-34» trône sur sa feuille de soumission, sur sa carte professionnelle et sur son site Internet.



Il vérifie quand même dans le Registre des détenteurs de licence RBQ, mais n'y trouve rien. Cette licence est pourtant obligatoire. Surpris, il nous demande conseil. Nous décidons alors de pousser un peu la recherche en allant sur le site de Revenu Québec (section Registraire des entreprises du Québec), où chaque compagnie doit être enregistrée. Groupe Excava-max n'a pas envoyé sa déclaration annuelle obligatoire depuis deux ans. Appel à la RBQ. Après une demi-heure d'attente, on nous confirme que l'entreprise n'a pas renouvelé sa licence depuis deux ans et on nous déconseille fortement de faire affaire avec elle.

Le comble: durant nos recherches, nous confondons Groupe Excava-max et Excavamax, deux entreprises différentes. Dans le deuxième cas, la déclaration annuelle a été faite, mais l'entreprise n'a pas non plus de licence pour l'excavation. Bref, pour éviter les mauvaises surprises, prenez quelques minutes pour faire ces deux vérifications. **SD**

Registraire des entreprises du Québec
www.registreentreprises.gouv.qc.ca
(section Consulter les dossiers d'entreprise)

Pour vérifier si un entrepreneur possède une licence:
Régie du bâtiment du Québec
514-873-0976 ou 1-800-361-0761
www.rbq.gouv.qc.ca
(colonne de droite, sur la page d'accueil)

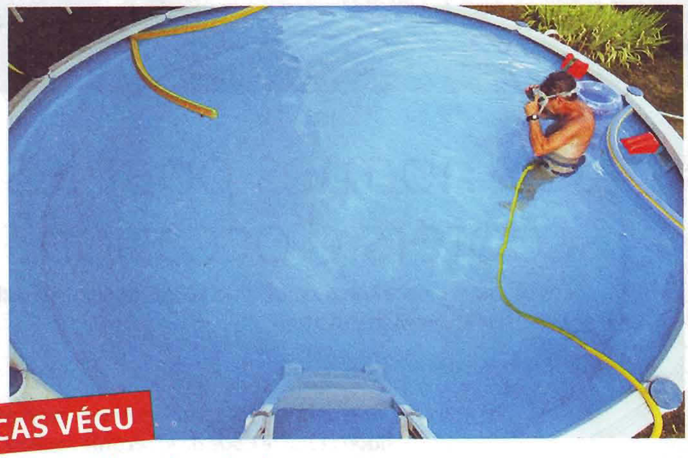


Photo: iStockphoto

CAS VÉCU

Entretien de piscine

Ça baigne?

Dans les jours suivant l'achat de sa maison en juin 2007, un couple de Charlesbourg constate que le filtre de la piscine a explosé, déversant son eau dans le sous-sol de la maison. Les nouveaux propriétaires retiennent donc les services d'un spécialiste, qui attribue ce bris au moteur de la pompe qui serait trop puissant pour le filtre de la piscine. Total de la facture: 1028 $. Comme un malheur n'arrive jamais seul, le couple remarque ensuite que le niveau d'eau baisse d'environ 5 cm par jour. Le spécialiste constate que le bouchon dans l'écumoire a été installé à l'envers, ce qui a causé deux fuites. Coût de la réparation: 2996 $. Le couple signale les incidents à l'ancienne propriétaire de la maison, qui envoie à son tour une mise en demeure à l'entreprise qui entretenait auparavant la piscine, le magasin Club Piscine du boulevard Pierre-Bertrand Sud, à Québec. Cette démarche demeure toutefois sans écho.

La cause est donc portée devant la cour des petites créances, où Club Piscine montre un document du fabricant qui mentionne que le moteur convenait au filtre de la piscine. Selon le commerçant, la rupture du filtre serait due au gel ou au manque de lavages à contre-courant (*backwashes*). Quoi qu'il en soit, le couple allègue que, en vertu du Code civil du Québec, c'est le vendeur – en l'occurrence l'ancienne propriétaire de la maison – qui est responsable des vices.

Or, le couple a-t-il dénoncé le bris du filtre dans un délai raisonnable? Non, considère le juge. Dans son jugement rendu au printemps dernier, il souligne que les acheteurs ont attendu trois mois avant d'avertir la vendeuse, qui n'a jamais pu évaluer les dégâts. La réclamation liée au bris du moteur et à l'inondation du sous-sol est donc rejetée.

Quant à la baisse du niveau d'eau, le Tribunal considère qu'elle a été dénoncée dans un délai raisonnable et avant de procéder à la réparation. Il déplore l'inaction de Club Piscine et condamne l'entreprise à payer 2996 $ (plus les frais et les intérêts) à l'ancienne propriétaire de la maison, qui devra ensuite rembourser ce montant au couple. Le recours pour les inconvénients liés à cette perte d'eau est cependant rejeté. **SP**

Jugement nº 200-32-046047-089

Protection à l'impact

En cas de capotage

Vous désirez savoir si la carrosserie du véhicule convoité fournit une bonne protection à ses occupants en cas d'accident? Le site de l'Insurance Institute for Highway Safety (IIHS) des États-Unis – qui divulguait déjà des résultats de tests d'impact – permet désormais de connaître le degré de résistance d'un toit en cas de capotage. Pour l'instant, seule une douzaine de véhicules utilitaires sport compacts ont été testés, mais plusieurs automobiles et véhicules s'ajouteront graduellement à la liste.

Selon l'IIHS, un toit résistant diminuerait le risque qu'un occupant soit éjecté par le pare-brise, par une fenêtre ou par une portière ayant été ouverte par suite de la déformation du toit.

Par ailleurs, le site de la National Highway Traffic Safety Administration publie lui aussi des résultats de tests d'impact. Il expose également des résultats d'essais dynamiques évaluant le risque de capotage. **SP**

Faites une recherche selon la marque, le modèle et l'année du véhicule:

Insurance Institute for Highway Safety
www.iihs.org (section *Vehicle ratings*)

National Highway Traffic Safety Administration
www.safercar.gov (section *Search 5-Star Safety Ratings*)



Photo: Insurance Institute for Highway Safety

Kia **Sportage**

Volkswagen **Tiguan**

Les véhicules 2009 qui ont fourni la meilleure protection en cas de capotage, selon les tests de l'IIHS, sont le Volkswagen Tiguan, le Subaru Forester, le Honda Element et le Jeep Patriot. Les pires sont le Kia Sportage et le Hyundai Tucson.

HEIN?

par Pierre Duchesneau



Peu «sorteux»; aime la pétanque, les mots croisés et les soirées calmes auprès du feu.

Envoi de Salvatore Sodano



Au Québec, on aime (apparemment) les accents aigus!

Envoi de Solange Villeneuve

Vous tombez sur des modes d'emploi fantaisistes? Envoyez-nous vos originaux non gribouillés avec vos coordonnées.
courrier@protegez-vous.ca

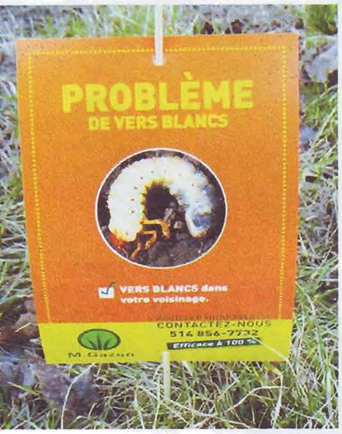
BRÈVES

par Stéphan Dussault et Frédéric Perron

Vers blancs

Le gros méchant ver

Vous souvenez-vous des photos agrandies d'un vilain acarien accompagnées d'un texte disant que votre matelas en était infesté? Les entreprises de traitement de gazon semblent s'inspirer de la technique pour les tout aussi impressionnants vers blancs. En avril, l'entreprise M. Gazon avait planté cette affiche sur des dizaines de terrains résidentiels de Repentigny.



«Des villes comme Repentigny ou Lorraine ont effectivement un sérieux problème de vers blancs, confirme la biologiste Édith Smeesters. Sauf qu'on s'y prend parfois très mal pour en venir à bout, car on applique le mauvais produit au mauvais moment.»

Le problème

Les vers blancs sont en fait des larves de hanneton. En juillet, les œufs sont pondus dans le gazon, les larves naissent après quelques semaines et elles y demeurent durant tout l'hiver. Au printemps, la larve se nourrit des racines et le jeune adulte quitte la pelouse en mai. En trop grand nombre, les larves peuvent tuer le gazon. Sans compter que, au printemps, les ratons laveurs et les mouffettes peuvent détruire la pelouse en y farfouillant pour se délecter.

Le produit

M. Gazon, comme bien d'autres, a suggéré à un client potentiel d'épandre de l'imidaclopride, un pesticide mieux connu sous la marque de commerce Merit. Prix pour une application: 85 $. Il s'agit d'une solution à court terme seulement, car les pesticides tuent aussi les prédateurs naturels du ver blanc, dont les fourmis. Un traitement aux nématodes (des vers parasites de la larve du hanneton qu'on trouve dans les centres de jardinage) est un choix plus judicieux. Une meilleure arme à long terme consiste en un gazon dense qui pourra ainsi mieux se défendre.

Le moment

M. Gazon suggérait d'épandre le Merit en juin. Selon Édith Smeesters, c'est loin d'être un moment optimal, puisque le ver a déjà quitté le gazon et qu'il n'a pas toujours commencé à pondre ses œufs. Selon la spécialiste, le meilleur moment pour traiter ce problème est à la fin d'août, soit quelques semaines après la ponte. **SD**

Pour en savoir plus

www.ville.repentigny.qc.ca/environnement/versblanc.html



Photo: Jocelyn Boutin

CAS VÉCU

Service à la clientèle

Les 12 travaux de Sébastien Roberge

Février 2008. Sébastien Roberge achète un ordinateur portable Dell XPS M1330 sur le site du fabricant. Il le paie environ 1500 $. Treize mois plus tard, la carte mère de l'ordinateur rend l'âme. À plusieurs reprises, M. Roberge entre en contact avec le service à la clientèle et le service technique de Dell pour tenter de trouver une solution. «J'ai été très mal servi, dit-il. J'ai parlé à une personne différente chaque fois. Je me sentais comme dans *Les 12 travaux d'Astérix*!» On lui dit qu'on ne peut résoudre le problème gratuitement, puisque la garantie d'un an est terminée. Il peut faire changer la pièce au coût de 500 $, soit le tiers de la valeur du portable.

Frustré, M. Roberge fait des recherches sur Internet. Sur plusieurs forums, dont celui de Dell, des consommateurs rapportent des expériences semblables. Le problème serait dû à une surchauffe de la carte graphique Nvidia GeForce 8400, qui pourrait endommager la carte mère. Une mise à jour du BIOS aiderait, semble-t-il, à prévenir ce type d'ennui. Dans un coin obscur de son site Internet (http://tinyurl.com/6gverd), Dell annonce une garantie supplémentaire d'un an pour les problèmes liés à la carte Nvidia. Les représentants de Dell que M. Roberge a contactés ne semblaient pourtant pas au courant... Après quelques appels supplémentaires, il réussit finalement à faire réparer son ordinateur gratuitement. Des efforts bien récompensés! **FP**

▶ VOS QUESTIONS

questions@protegez-vous.ca @

par Sabrina Fontaine et Stéphanie Perron

Le magasin Archambault refuse ma carte-cadeau comme paiement, prétextant qu'elle est expirée. Or, elle possède un solde de 20 $. Est-ce légal?

Louise Garand, Sherbrooke



Photo: Réjean Poudrette

PV Les conditions d'utilisation inscrites en caractères minuscules au dos de la carte mentionnent que celle-ci n'est valide que pendant 12 mois, à partir de la date d'activation. Vérification faite, votre carte a été activée en décembre 2006. C'est donc dire que, depuis décembre 2007, l'entreprise n'est pas tenue de l'accepter comme paiement. Sachez toutefois qu'Archambault a modifié sa politique au cours de l'année 2007, et offre désormais des cartes dont la période d'utilisation est de 24 mois après la date d'activation; cette nouvelle politique ne s'applique cependant pas à votre carte.

Cela dit, les prochaines modifications à la Loi sur la protection du consommateur prévoient fixer certaines règles à propos des cartes-cadeaux et de leurs dates d'expiration. L'Ontario a d'ailleurs adopté, en 2007, un amendement qui interdit d'imposer une date d'expiration à ce type de carte. **SP**



Je trouve que les publicités de la bière Budweiser sont sexistes. Comment porter plainte?

Annie Pearson

PV Vous devez acheminer une plainte écrite aux Normes canadiennes de la publicité (NCP) par courriel, par la poste ou par télécopieur. Vous pouvez remplir le Formulaire de soumission de plainte sur le site Internet des NCP. Un comité formé d'organismes indépendants examinera si la publicité en question contrevient à l'un des articles du Code canadien des normes de la publicité. Advenant le cas, l'annonceur serait dans l'obligation de la modifier ou de la retirer. Les publicités jugées sexistes touchent à l'article 14 du Code. En 2008, 423 plaintes s'y rapportaient. **SF**

Les normes canadiennes de la publicité
www.adstandards.com (section Plaintes)

Je pars en voyage pour une longue période. Que faire avec l'immatriculation de ma voiture?

Étienne Bouchard, Trois-Rivières



Photo: Réjean Poudrette

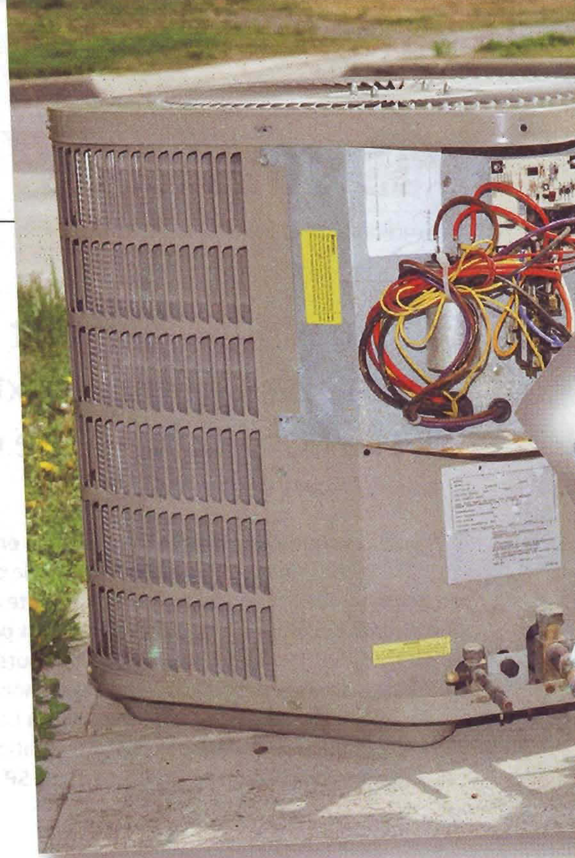
PV Vous pouvez annuler l'immatriculation de façon temporaire par téléphone, par Internet ou à l'un des points de service de la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ).

Cela dit, la plaque d'immatriculation devra néanmoins rester sur le véhicule et vous ne pourrez pas le stationner sur un chemin public.

Si vous remisez l'automobile pendant plus d'un an, vous devrez faire effectuer une vérification mécanique par un mandataire accrédité par la SAAQ lors du «déremisage». **SP**

Société de l'assurance automobile du Québec
514-873-7620, 418-643-7620 ou 1-800-361-7620
www.saaq.gouv.qc.ca/saaqclic/grandpublic/remisage

par Stéphan Dussault



Comment mal installer un bon produit

LA THERMOPOMPE QUI DEVAIT AMÉLIORER VOTRE CONFORT POURRAIT VOUS CASSER LES OREILLES, CAUSER DES DÉGÂTS D'EAU ET NE PAS GÉNÉRER LES ÉCONOMIES ESPÉRÉES.

«Hallucinant». C'est le mot qui résume le mieux la journée que Daniel Marsolais vient de passer à vérifier la qualité d'installation de cinq thermopompes. Celui qui en enseigne le fonctionnement à l'École polymécanique de Laval depuis près de 20 ans se doutait que les consignes rigoureuses qu'il donne à ses élèves pouvaient vite être détruites par un entrepreneur uniquement motivé par le profit. Après sa tournée des thermopompes en compagnie de Richard Gervais, expert en mécanique du bâtiment, il en a la certitude.



«CE QUE NOUS ENSEIGNONS À L'ÉCOLE ET CE QUE NOS ÉTUDIANTS FONT UNE FOIS SUR LE MARCHÉ DU TRAVAIL, C'EST SOUVENT DEUX CHOSES.»

Daniel Marsolais, professeur à l'École polymécanique de Laval

Ce 30 mars 2009, donc, cinq résidants de la banlieue de Montréal – sélectionnés à la suite d'un appel à tous lancé sur le site Web Protégez-Vous.ca – nous ont reçus chez eux. Le critère de base: être généralement satisfait de l'appareil acheté. Notre hypothèse: un client heureux n'a pas forcément un produit satisfaisant, car il lui manque souvent l'expertise pour savoir si son installation est optimale. Et des installations optimales, nous n'en avons vu aucune durant notre journée. Cela confirme ce qu'on nous dit depuis longtemps: la vente et l'installation sont les talons d'Achille de la thermopompe, qui est fondamentalement un bon produit.

Les installateurs négligent plusieurs points, et les conséquences sont parfois importantes.

Le bruit

Chez trois des cinq personnes visitées, la négligence de l'installateur a intensifié le bruit que fait normalement l'appareil. Surprise: ce n'est pas devant le barbecue que la thermopompe dérangeait, mais dans la maison! Le problème: les vibrations. Aujourd'hui, la plupart des appareils sont installés sur un mur de la maison à l'aide d'équerres vissées dans la fondation. Dans les trois cas, l'installateur avait omis de poser de simples coussinets, d'une quinzaine de dollars, sous la thermopompe. Dans un cas, on avait placé de l'isolant à tuyau en mousse, mais son effet insonorisant est quasi nul une fois qu'il est écrasé sous l'appareil.

La sécurité

Dans les cinq cas, l'installateur a sérieusement compromis la sécurité des gens. Dans trois cas, il n'avait pas posé l'interrupteur de courant obligatoire près de l'unité extérieure. L'utilisation de ce bouton assure que la thermopompe ne se mettra pas en marche



pendant que le technicien ou le propriétaire a les mains dedans pour la nettoyer ou la réparer. Une économie de 20 $ et de 15 minutes. Dans les deux autres cas, où l'interrupteur était en place, il était relié à la thermopompe par un fil inadéquat pour l'extérieur. La gaine du fil n'étant pas conçue pour résister au soleil, elle pourrait sécher et se fendre, décuplant le risque d'électrocution. Quand on sait que la tension d'une thermopompe est de plus de 200 volts...

La performance

Dans deux des cinq cas, une installation effectuée en vitesse a réduit le confort des occupants ainsi que les économies d'énergie et d'argent attendues. Dans le premier, un fil mal branché faisait que la thermopompe fonctionnait même à -20 °C, température à laquelle elle aurait dû passer le relais à la fournaise. Dieu merci, Hydro-Québec n'avait pas encore installé son compteur de bi-énergie, qui permet de ne payer que 4,3 ¢ par kilowatt-heure (kWh) quand il fait plus de -12 °C et que la thermopompe fonctionne, mais qui passe à 18,1 ¢ par kWh quand il fait plus froid et que la fournaise prend le relais.

Dans l'autre cas, un manque de gaz réfrigérant réduisait l'efficacité de la thermopompe, qui doit en contenir une quantité très précise, 3,5 kg en moyenne. Les instruments de Daniel Marsolais indiquaient qu'il en manquait environ 10 %. Le propriétaire avait d'ailleurs constaté durant l'hiver que son appareil ne poussait que de l'air frais à partir de -12 °C, alors qu'il aurait dû être encore efficace à cette température. Il a donc imposé un arrêt de la machine à -8 °C pour laisser travailler la fournaise au mazout. Cet été, si un technicien ne vient pas ajouter de réfrigérant, l'appareil travaillera inutilement pour climatiser la maison.

L'esthétique

On n'achète pas une thermopompe pour embellir sa cour, mais on peut quand même éviter de l'enlaidir. Briques remplacées par du calfeutrant, tuyaux et fils qui traînent partout, immenses trous dans les murs pour passer de petits tuyaux: les installateurs ne sont pas tous des spécialistes de la finition...

Malhonnête

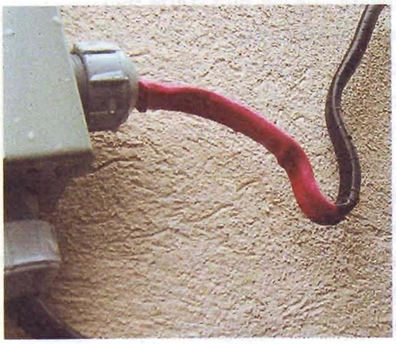
Chaque année, des cas bien plus graves se rendent à la Cour du Québec. Ginette Brunet est l'une des victimes récentes. En juin 2007, elle acquiert un appareil de Climatisation Air Service. Aux premiers froids, la thermopompe ne génère pas de chaleur. Comme l'entreprise ne vient pas la réparer, la consommatrice appelle son détaillant de mazout, qui arrête la thermopompe pour laisser place à la fournaise. Quatre jours plus tard, Air Service vient rebrancher la thermopompe. En janvier, le même problème se manifeste, sauf qu'Air Service ne répond plus. Un concurrent passe et constate que, en plus d'être mal installé, l'appareil est de marque Ducane et non Goodman comme le spécifie le contrat! Mme Brunet doit donc contacter le distributeur de Ducane pour vérifier si son produit est sous garantie. En septembre 2008, le juge condamne Air Service à reprendre la thermopompe et à verser 6225 $ à sa cliente. Mais l'entreprise ferme ses portes. Ne reste que le fonds d'indemnisation de 15 000 $ de l'Office de la protection du consommateur, qui sert à dédommager les clients de Climatisation Air Service.

Ou incompétent

Chez le couple Blouin-Dugas, c'est le réfrigérant qui fait bouillir. Le 15 août 2006, une semaine après l'achat, la thermopompe fonctionne continuellement. Manque de fréon, dit le sous-traitant des Entreprises Faucher et Guérin, qui en ajoute donc. Quelques jours plus tard, le condenseur gèle. Trop de fréon, dit le sous-traitant, qui en enlève alors. L'hiver venu, le couple constate que la thermopompe entraîne une hausse des coûts d'électricité! Problème de valve... et manque de fréon, dit le sous-traitant. En février 2008, après un an et demi de tergiversations et d'appels demeurés sans réponse, la juge annule purement et simplement la vente.



Photos: iStockphoto; Réjean Poudrette



▶ Ce fil rouge n'est pas conçu pour l'extérieur. La gaine sèche vite sous l'action du soleil et pourrait se fendre, décuplant le risque d'électrocution. Chez les Genest, l'entrepreneur a tenté de masquer sa négligence en posant du ruban isolant noir sur une partie du fil. Sur le contrat, exigez un fil de type «NMW».

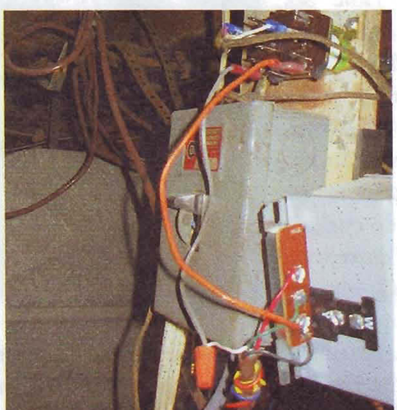




▶ Pourquoi percer de si gros trous dans la brique ou dans le garde-robe pour faire passer de si petits tuyaux? se sont demandé nos experts.



▶ Une thermopompe déshumidifie la maison. Elle peut extraire environ 75 litres d'eau par jour. Pour l'évacuer, des installateurs percent bêtement un trou dans la dalle de béton du sous-sol. Le jour où un dégât d'eau confirmera que la nappe phréatique n'était pas aussi basse que prévu, vous vous mordrez les doigts de ne pas avoir investi 200 $ dans une pompe reliée au réseau d'égout.



▶ Mme Da Silva se demandait pourquoi sa thermopompe fonctionnait encore à -20 °C alors que sa fournaise au mazout aurait dû prendre le relais à partir de -12 °C. Les installateurs se sont posé la même question pendant des mois! Après une quinzaine de visites, ils ont découvert un fil mal branché. «Avec un tel spaghetti, difficile de trouver le problème», dit Daniel Marsolais, qui n'en revenait pas d'un travail aussi bâclé.

Limiter les dégâts

Voici cinq conseils à suivre à la lettre pour éviter que l'achat de votre thermopompe ne se transforme en cauchemar.

1| **Évitez la cohue.** Vous voulez votre thermopompe avant la première canicule? C'est la période où les installateurs sont débordés. «Quant un commerçant paie un sous-traitant 500 $ par installation et qu'il lui impose d'en faire trois par jour, il ne faut pas s'étonner que des coins soient tournés rond», résume Richard Gervais. Le mieux est d'éviter les mois de mai à août.

2| **Refusez qu'on l'installe quand il pleut.** Si de l'humidité se mêle au réfrigérant au moment de l'installation, l'efficacité et la durée de vie de la thermopompe en souffriront.

3| **Tournez le dos à la vente sous pression.** Les problèmes commencent souvent par un vendeur empressé, qui refuse de quitter votre maison avant d'avoir conclu sa vente ou qui vous rappelle sans cesse pour savoir où vous en êtes dans votre réflexion.

4| **Assurez-vous que l'entrepreneur est en règle.** Il doit être membre de la Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec (CMMTQ) ou détenir la sous-catégorie de licence 15.9 ou 15.10 délivrée par la Régie du bâtiment du Québec (RBQ). «Le plus souvent, l'installateur est en règle, c'est simplement qu'il ne prend pas le temps de bien faire les choses», dit Richard Gervais.
www.cmmtq.org
www.rbq.gouv.qc.ca

5| **Faites vos vérifications.** Exiger des références est une chose. S'assurer que l'entrepreneur n'a pas fait l'objet de plaintes en est une autre. Tapez son nom dans les moteurs de recherche des sites Web de l'Office de la protection du consommateur et de Jugements.qc.ca. Le premier publie le nombre de plaintes reçues contre l'entreprise depuis deux ans et le second recense la plupart des jugements rendus à la Cour du Québec depuis septembre 2001.
www.opc.gouv.qc.ca
www.jugements.qc.ca



Cinq points à considérer avant d'acheter

1 | LE PRIX

Vous devrez généralement débourser de 4000 à 7000 $, installation comprise, selon la puissance et la qualité de l'appareil.

2 | LA PUISSANCE

Vous voulez acheter une plus grosse thermopompe que la capacité requise chez vous, «pour être certain»? Mauvaise idée! Elle chauffera mieux, certes, mais vous risquez d'avoir des problèmes de climatisation: la thermopompe refroidira la maison trop vite pour la déshumidifier convenablement. Ce sera comme demeurer dans une cave humide. La solution? L'achat d'une thermopompe munie d'un compresseur à deux vitesses, qui roulera lentement en été pour bien déshumidifier et plus vite en hiver pour chauffer davantage. Prévoyez alors un extra de plusieurs centaines de dollars, et probablement l'obligation de changer votre fournaise, qui risque d'être incompatible avec ce produit.

Pour savoir quelle thermopompe convient à votre maison, on vous proposera la méthode simple, car la plus complexe impose la visite d'un expert que vous devrez payer plusieurs centaines de dollars. La règle: une tonne (ou 12 000 Btu) de puissance pour chaque 650 pi^2 de surface, en excluant le sous-sol. La capacité de la thermopompe doit se situer entre 80 et 125 % de la puissance de climatisation estimée. Dans de vieux bungalows ou cottages, cette règle peut suffire, mais dans de nouvelles résidences à l'architecture plus complexe, prévoyez une analyse plus poussée.

3 | LA QUALITÉ

Voici trois critères à considérer.

L'efficacité. Certains appareils génèrent plus d'énergie que d'autres pour chaque kWh utilisé. Le vendeur vantera le haut HSPF (*Heating Seasonal Performance Factor*) ou SEER (*Seasonal Energy Efficiency Ratio*) de son produit. Le HSPF calcule la performance en mode chauffage, et le SEER en mode climatisation, mais vu le coût relativement bas de l'électricité, les différences sont parfois minimes. Du côté de la climatisation, vous paierez environ 70 $ par été avec l'appareil le moins efficace (SEER de 13), et 50 $ avec un autre qui aurait la très bonne cote de 16. Quant au HSPF, un produit de base (HSPF de 6,7) générera dans certaines conditions 2,4 kWh de chaleur pour chaque kWh utilisé, comparativement à environ 3 kWh pour un meilleur produit (HSPF de 9,4). Pour une saison de chauffage, la différence est de 35 $ pour les clients de la bi-énergie. Et attention aux comparaisons boiteuses. Des vendeurs affichent des données qui valent pour la région IV (New York) et d'autres, pour la région V (Montréal). En divisant le HSPF de la région IV par 1,15, on obtient celui de la région V.

Le bruit. Les thermopompes génèrent habituellement de 65 à 80 décibels, l'équivalent du bruit d'un aspirateur. Pour bien comparer, assurez-vous que le bruit est calculé selon la norme de l'Air-Conditioning and Refrigeration Institute (ARI). Avant de signer, informez-vous des règlements municipaux en vigueur et demandez à l'entrepreneur si l'appareil les respecte. Certaines villes fixent un nombre de décibels maximal à la limite de votre terrain et de celui de vos voisins. Exigez aussi que l'installateur pose des coussinets sous la thermopompe pour amortir les vibrations.

Le type de réfrigérant. La plupart des thermopompes neuves fonctionnent avec le réfrigérant R-410, qui est moins nocif pour l'environnement que le R-22 des vieux modèles. La rareté prévisible du R-22 risque de faire gonfler les prix si une fuite vous oblige à le remplacer. Et une thermopompe conçue pour le R-22 ne pourra accepter le R-410.

4 | L'ENTRETIEN

Est-il justifié de souscrire un plan d'entretien au moment de l'achat? La décision vous revient. Au début, si la thermopompe ne montre pas de signe de faiblesse, par exemple la production de moins de chaleur même les jours où il ne fait pas très froid dehors, un bon bricoleur qui suit le manuel d'entretien saura nettoyer les serpentins et entretenir les filtres. Mais après cinq ans, il serait préférable de faire vérifier annuellement le réglage des pièces électriques et mécaniques par un expert. Comptez environ 150 $ par an. Négliger cet aspect, c'est voir ses gains énergétiques diminuer en plus de condamner la thermopompe à une mort prématurée.

5 | LES MODIFICATIONS À APPORTER À LA MAISON

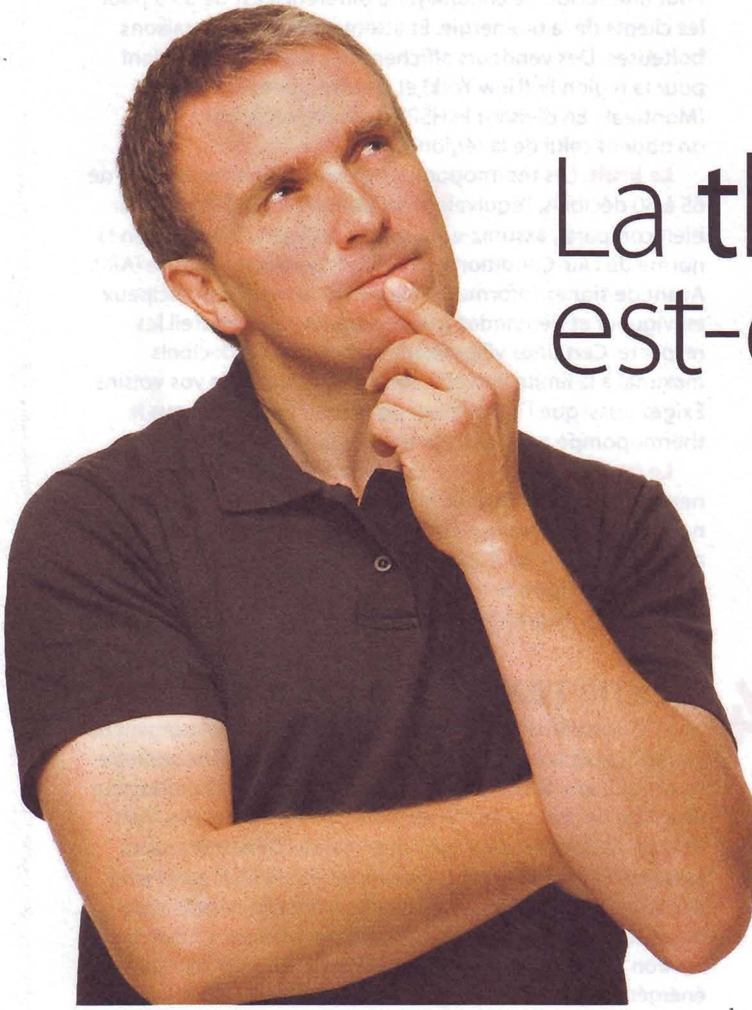
Des consommateurs se rendent compte, après avoir signé le contrat d'achat, que la facture sera beaucoup plus élevée que prévu. Deux choses cruciales à vérifier avant de signer:

L'électricité. Assurez-vous que vous ne devrez pas changer le panneau électrique, un détail de 2000 $...

Les conduits d'air. Demandez un avis clair sur la possibilité de devoir changer les conduits d'air. Si vous avez une vieille fournaise, il se pourrait que la plus grande poussée d'air de la thermopompe génère des sifflements dans des conduits soudainement trop petits; ils sont si désagréables que certaines personnes préfèrent se priver de climatisation.

S'il faut les changer, exigez que les conduits soient rigides, et non flexibles. Ils coûtent plus cher, mais risquent moins de s'écraser et permettent un meilleur débit d'air étant donné qu'ils sont plus lisses. Cela dit, le tuyau flexible est parfois nécessaire à certains endroits. Des experts suggèrent de ne pas mettre plus de 4 m de tuyau flexible par ligne de conduit.

par Stéphan Dussault



La thermopompe est-elle pour moi?

VOUS CHAUFFEZ AU MAZOUT OU AVEC DES PLINTHES ÉLECTRIQUES? **VOICI LES OPTIONS QUI S'OFFRENT À VOUS.**

La certitude de consommer moins d'énergie, l'assurance d'améliorer son confort, l'espoir d'économiser de l'argent: la thermopompe exerce un grand attrait. Mais est-ce le bon achat pour vous?

Abandonner le mazout?

Prenons le cas de Sylvain, dont la vieille fournaise au mazout chauffe la maison depuis plus de 25 ans. Il sait qu'un modèle récent brûlerait efficacement au moins 80 % du combustible au lieu des 60 % actuels. Il est aussi tenté par une fournaise bi-énergie, 1500 $ plus chère, mais plus polyvalente et admissible aux tarifs spéciaux d'Hydro-Québec. Il pourrait aussi ajouter à sa vieille fournaise une thermopompe qui chaufferait la maison quand il ne fait pas trop froid tout en climatisant l'été. Ce tandem mazout-électricité lui permettrait également de passer à la bi-énergie. Sylvain vient aussi d'apprendre qu'il pourrait ménager sa fournaise en lui greffant un chauffe-air électrique. Finalement, tant qu'à ouvrir la porte au chauffage électrique, il songe à une solution plus catégorique: sortir son réservoir à mazout de la maison et opter pour une fournaise tout électrique.

Pourquoi changer?

Selon nos calculs, il pourrait économiser de 435 à 975 $ par an en frais de chauffage selon le choix retenu. Mais avant d'aller plus loin, il doit répondre à LA question: pourquoi veut-il modifier son système de chauffage?

Est-ce simplement **pour remplacer une vieille fournaise** dont l'efficacité est bien inférieure aux standards actuels? La solution la plus simple sera alors d'en acheter une nouvelle plus performante. Cela se traduirait par environ 3000 $ d'investissement et des économies annuelles de mazout d'à peu près 435 $ si le prix du combustible demeure stable.

Est-ce surtout **pour des raisons environnementales**? L'énergie hydroélectrique est sans conteste plus verte, et le gaz naturel contribue moins à l'augmentation de l'effet de serre que le mazout. En résumé, la thermopompe n'aura jamais le poids écologique

Plinthes et plaintes

La résidence de Nathalie est chauffée à l'aide de plinthes électriques. Comme aucun conduit d'air n'est en place, deux solutions s'offrent à elle en matière de thermopompe.

▶ LE PLAFONNIER

L'unité extérieure est installée comme d'habitude, mais l'unité intérieure est placée dans le vide sous toit et non pas au sous-sol. De là, des conduits, qui courent le plus souvent dans le vide sous toit, s'ouvrent sur des bouches dans le plafond. Souvent mal conçu et mal installé, ce système est à proscrire. Par exemple, de la condensation peut se former dans le vide sous toit et générer des moisissures et des dégâts d'eau; le plafond peut même s'effondrer au printemps sous le poids de l'eau.

Photos: iStockphoto



Les choix de Sylvain

Modification proposée	Consommation annuelle	Coût annuel[1]	Économie annuelle
Conserver la vieille fournaise au mazout	2640 L	1742 $	0 $
Remplacer la vieille fournaise par un appareil au mazout plus efficace[2]	1980 L	1307 $	435 $
Remplacer la fournaise au mazout par un appareil électrique	17 000 kWh	1246 $	496 $
Ajouter une thermopompe à la vieille fournaise[3]	1214 L et 3825 kWh	967 $	775 $
Ajouter une thermopompe et remplacer la fournaise par un appareil au mazout plus efficace	911 L et 3825 kWh	767 $	975 $
Ajouter une thermopompe et remplacer la fournaise par un appareil électrique[4]	11 000 kWh	806 $	936 $
Ajouter un chauffe-air électrique à la vieille fournaise[5]	739 L et 12 240 kWh	1018 $	724 $
Remplacer la vieille fournaise par une fournaise bi-énergie, ou ajouter un chauffe-air électrique et remplacer la fournaise par un appareil au mazout plus efficace	554 L et 12 240 kWh	896 $	846 $

1. Coût du mazout: 66 ¢/litre. Coût de l'hydroélectricité: 4,33 ¢/kWh dans le cas du tarif bi-énergie, et 7,33 ¢/kWh quand il ne se qualifiait pas. Prix affichés en avril 2009. Sources: Hydro-Québec et Régie de l'énergie. Pour en savoir plus sur le programme de bi-énergie: www.hydroquebec.com/residentiel/facture/tarif_dt.html.
2. Les vieilles fournaises ne réussissent souvent à brûler que 60 % du mazout, alors que la performance des plus récentes peut aisément atteindre 80 %. Ce sont ces pourcentages d'efficacité que nous avons utilisés.
3. La thermopompe fournit généralement 54 % de la chaleur, et la fournaise au mazout, 46 %.
4. La thermopompe fournit généralement 60 % de la chaleur, et la fournaise électrique, 40 %.
5. Le chauffe-air ou les serpentins de la fournaise bi-énergie fournissent généralement 72 % de la chaleur, et la fournaise au mazout, 28 %.

d'une éolienne ou d'un panneau solaire, mais «c'est un bon choix environnemental», dit Éric Darier, de Greenpeace Canada. Car pour chaque kilowatt consommé, la thermopompe génère souvent deux fois plus d'énergie que des plinthes ou une fournaise électriques. Le truc? Au lieu de générer de la chaleur, elle ne fait que transférer celle qui est déjà dans l'air, à la manière du frigo qui repousse la chaleur à l'extérieur.

Sinon, veut-on changer sa fournaise **pour profiter d'un confort accru**? Là-dessus, les experts sont à peu près unanimes: on achète une thermopompe d'abord pour climatiser la maison. Selon eux, les économies réalisées sur les coûts de chauffage ne justifient pas à elles seules de payer plus de 4000 $ pour ce produit. Cela dit, si vous hésitez entre une thermopompe et un climatiseur central, la différence d'environ 2000 $ entre les deux sera rentabilisée en quelques années grâce aux économies de chauffage. Par contre, si vous hésitez entre un système central et des climatiseurs de fenêtre, vous constaterez vite que le second choix est beaucoup moins onéreux, mais également moins efficace et plus bruyant.

Est-ce surtout **pour économiser de l'argent**? Le simple fait de passer aux tarifs bi-énergie fera économiser à Sylvain environ 250 $ par an, mais comme nous l'avons vu plus tôt, la thermopompe est loin d'être la seule façon de profiter de la bi-énergie. Plusieurs produits sont plus intéressants pour économiser. Prenons l'ajout d'un chauffe-air électrique dont le prix d'achat d'environ 2000 $ et des économies annuelles de quelque 725 $ en font un appareil vite rentabilisé. Cependant, un chauffe-air ne climatise pas!

Dans tous les cas, attention aux estimations faites sur le coin de la table, qui n'incluent pas des éléments comme l'ajout d'un panneau électrique de 2000 $. Parmi les variables plus difficiles à prévoir, le prix du litre de mazout – qui a oscillé entre 30 ¢ et 1,10 $ depuis 10 ans – vient en tête de liste.

Dans le cas de la thermopompe jumelée avec la vieille fournaise, l'économie annuelle prévue de 775 $ doit être prise avec un grain de sel, puisque Sylvain devra ajouter bon an mal an des frais de climatisation d'environ 75 $, un coût d'entretien moyen de 100 $ et des intérêts d'environ 140 $ pour financer l'appareil. Résultat: après 15 ans, soit la durée de vie utile de sa thermopompe, il aura payé près de 10 000 $ au lieu des 5000 $ prévus initialement. Et encore, nous présumons qu'aucune pièce n'aura à être changée et que les tarifs d'électricité n'auront pas explosé.

Merci à Camille Gagnon, ingénieur, ex-professeur de technologie de la mécanique du bâtiment au Cégep de Jonquière et spécialiste des questions d'efficacité énergétique, pour sa précieuse collaboration.

Du côté du chauffage, les performances seront toujours moins bonnes que dans le cas d'une installation classique, puisque les conduits sont le plus souvent placés au plafond et que l'air chaud a tendance à monter. De plus, du côté de l'entretien, il est souvent malaisé de se rendre deux fois par an dans le vide sous toit pour nettoyer les serpentins.

▸ LA THERMOPOMPE MURALE
Une thermopompe extérieure est reliée à des appareils muraux (un par pièce et dont on ajuste la température individuellement). Il s'agit de produits de bien meilleure qualité que les systèmes de type plafonnier, et ils sont plus silencieux que les climatiseurs de fenêtre. Cela dit, ils coûtent plus cher que les thermopompes traditionnelles et, en mode chauffage, ils sont moins efficaces.

Pour en savoir plus sur les vendeurs de thermopompes, consultez notre dossier publié en exclusivité sur le site Protégez-Vous.ca.
www.protegez-vous.ca/thermopompes

par Félix Ménard Saint-Denis

Vent de fraîcheur

LA THERMOPOMPE N'EST PAS POUR VOUS? VOICI UNE SOLUTION DE RECHANGE POUR GARDER LA TÊTE FROIDE PENDANT LA CANICULE.

Vous êtes locataire? Vous n'avez qu'une pièce à rafraîchir? Vous cherchez une solution de climatisation simple et peu coûteuse? Ce guide de climatiseurs individuels vous aidera à faire un choix judicieux.

Pas de test?

Chaque année, au printemps, le marché est inondé de climatiseurs importés d'outre-mer et livrés par bateau. Devant la difficulté à concurrencer cette production en masse à faible coût, bon nombre de fabricants ont aujourd'hui délaissé ce secteur. Cependant, plutôt que de disparaître du marché, certaines grandes marques achètent maintenant des lots de ces appareils bon marché sur lesquels ils apposent tout simplement leur nom. Cette pratique profite aux consommateurs en faisant baisser les prix, mais elle représente un obstacle majeur à nos essais: les commerçants savent rarement d'avance quels modèles ils achèteront, et ceux-ci arrivent souvent juste à temps pour la saison forte, et donc trop tard pour faire nos tests.

Bonne nouvelle toutefois: tous les climatiseurs vendus au Canada ont une puissance frigorifique (exprimée en Btu/h) et une cote énergétique certifiées. Ces caractéristiques sont les premières à considérer dans le choix d'un appareil, et elles apparaissent habituellement sur l'emballage et sur le climatiseur. Vous trouverez aussi sur le site de Ressources naturelles Canada la liste des modèles certifiés.

1

AVANT D'ACHETER

Informez-vous de possibles restrictions ou interdictions avant d'acheter un appareil. En effet, certains immeubles interdisent les climatiseurs, principalement à cause du bruit qu'ils produisent ou encore pour des considérations esthétiques. Par ailleurs, les circuits électriques âgés ou déjà chargés présentent un risque; au besoin, consultez un électricien. Enfin, s'il vous faut plus de 12 000 Btu/h, il est recommandé d'utiliser deux appareils de puissance moins élevée, qui feront mieux le travail et consommeront moins d'énergie qu'un seul plus puissant.



9

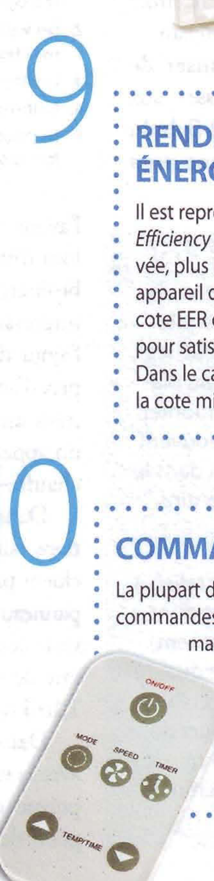
RENDEMENT ÉNERGÉTIQUE

Il est représenté par la cote EER (*Energy Efficiency Ratio*). Plus la cote EER est élevée, plus l'appareil est efficace. Pour un appareil de moins de 20 000 Btu/h, une cote EER de 10,5 ou plus est nécessaire pour satisfaire aux exigences Energy Star. Dans le cas des appareils plus puissants, la cote minimale est de 9,4.

10

COMMANDES NUMÉRIQUES

La plupart des climatiseurs sont équipés de commandes numériques et d'une télécommande. Plus que de simples gadgets, celles-ci permettent un réglage plus précis de paramètres tels que la température (au degré près plutôt qu'à des niveaux prédéfinis) et la minuterie.



Photos: Réjean Poudrette

2 PRIX

Climatiseurs portatifs: de 100 à 200 $ plus chers que les modèles de fenêtre de même puissance.

3 TYPE

Choisissez tout d'abord le type de climatiseur qui vous convient (horizontal pour fenêtres à guillotine, vertical pour fenêtres coulissantes ou à battant, ou portatif) et déterminez la puissance requise (voyez l'encadré page 16).

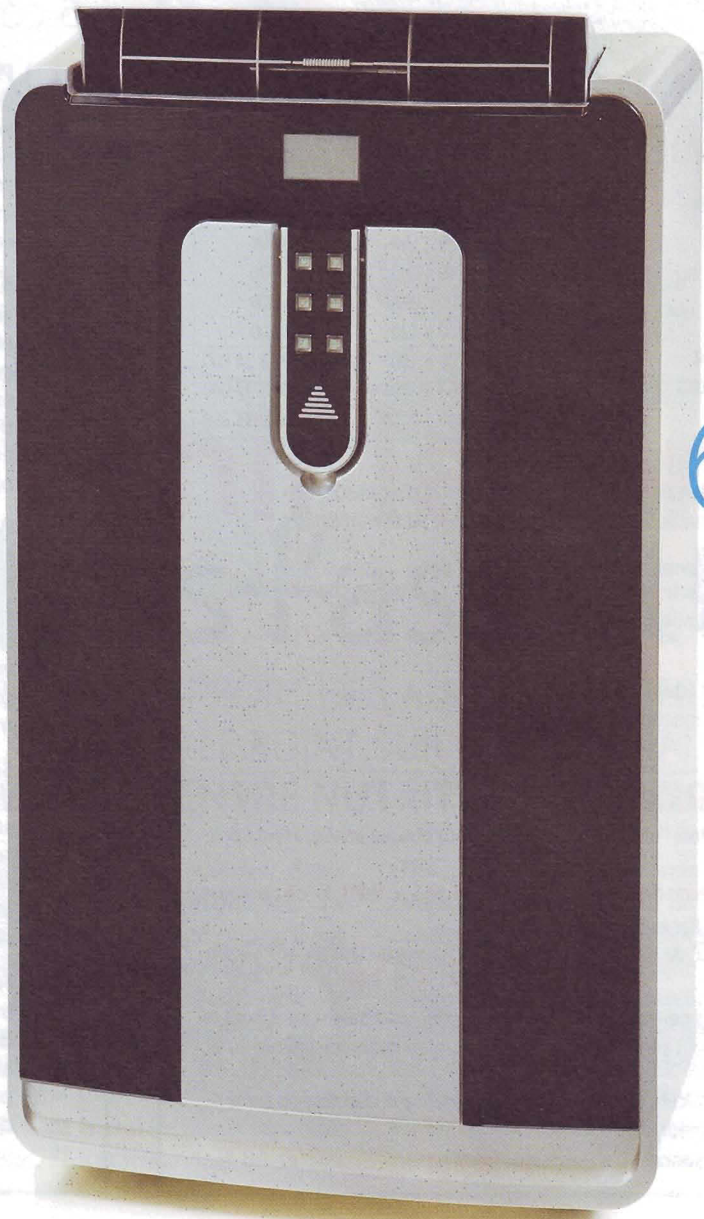
4 PUISSANCE

Climatiseurs de fenêtre: de 5000 à 36 000 Btu/h.
Climatiseurs portatifs: de 7000 à 13 000 Btu/h.



5 ENERGY STAR

Climatiseurs de fenêtre: modèles Energy Star jusqu'à plus de 17 000 Btu/h.
Climatiseurs portatifs: peu de modèles Energy Star.



6 ÉVACUATION DE L'EAU

Les modèles de fenêtre rejettent l'eau directement à l'extérieur. Certains climatiseurs portatifs l'évacuent par la fenêtre sous forme de vapeur, mais la plupart la déversent dans un bac amovible qu'il faut vider périodiquement. Pour s'épargner cette tâche, on peut brancher un tuyau à l'orifice de vidange de l'appareil pour diriger l'écoulement de l'eau, vers l'avaloir de plancher ou le puisard du sous-sol, par exemple.



7 MINUTERIE

La plupart des appareils en sont équipés. Elle permet de programmer le départ du climatiseur pour que vous entriez dans une pièce déjà rafraîchie à votre retour à la maison. On peut aussi prévoir l'arrêt automatique aux petites heures du matin quand la température extérieure est plus fraîche.



8 FILTRE

Tous les modèles sont équipés de filtres à air. Dans certains cas, il s'agit de filtres spécialisés qui éliminent plus d'impuretés.

Calculs utiles

LA BONNE PUISSANCE

Le choix de la puissance de l'appareil doit être fait en fonction de la taille de la pièce qu'il refroidira. Si la puissance est trop faible, le refroidissement peut ne pas être suffisant par temps très chaud et le compresseur risque de fonctionner en continu, ce qui peut causer une usure prématurée. À l'inverse, une puissance trop élevée pourrait vous donner une pièce froide mais humide, ce qui est inconfortable.

Il est possible de déterminer la puissance adéquate en quelques étapes simples élaborées par Ressources naturelles Canada:

1 | **Calculez la surface de plancher de la pièce (ou des pièces) à climatiser.**

2 | **Repérez dans le tableau ci-contre la puissance correspondante.**

3 | **Au besoin, additionnez ou soustrayez les valeurs suivantes:**

Surface m²	Surface pi²	Puissance de base Btu/h
de 9 à 14	de 100 à 150	5000
de 14 à 23	de 150 à 250	6000
de 23 à 28	de 250 à 300	6500
de 28 à 33	de 300 à 350	7250
de 33 à 38	de 350 à 400	8000
de 38 à 41	de 400 à 450	8750
de 41 à 46	de 450 à 500	9650
de 46 à 51	de 500 à 550	10 500
de 51 à 65	de 550 à 700	12 500
de 65 à 93	de 700 à 1000	15 000
de 93 à 111	de 1000 à 1200	17 700
de 111 à 149	de 1200 à 1600	de 19 000 à 24 000
de 149 à 167	de 1600 à 1800	de 24 000 à 27 000
de 167 à 260	de 1800 à 2800	de 27 000 à 33 000

Orientation

+ 10 % pour une pièce orientée vers l'ouest, le sud-ouest ou très ensoleillée
- 10 % pour une pièce orientée vers le nord, le nord-ouest ou très ombragée

Caractéristiques

+ 15 % si l'espace est mal isolé (par exemple, un grenier converti en chambre l'été)
+ 4000 Btu/h si l'espace contient une cuisine

Autres

+ 600 Btu/h par personne additionnelle (si plus de deux)
- 30 % si le climatiseur ne fonctionne que la nuit

LES COÛTS ÉNERGÉTIQUES

Pour calculer combien vous coûtera l'utilisation d'un climatiseur chaque année, il faut appliquer la formule suivante:

(puissance en Btu/h ÷ cote EER) x heures d'utilisation/an x coût/kWh en $ x 0,001 = coût annuel en $

Par exemple: climatiseur de 12 000 Btu/h ayant une cote EER de 10,8 utilisé pendant 622 heures au tarif de 0,07 $/kWh

(12 000 ÷ 10,8) x 622 x 0,07 x 0,001 = 48 $

Certains modèles moins efficaces peuvent présenter une cote EER aussi basse que 9,8 qui se traduirait dans ce cas-ci par un coût annuel de 53 $, soit une augmentation de plus de 10 %.

Pour plus d'information sur ces calculs, consultez la section dédiée aux climatiseurs sur le site de l'Office de l'efficacité énergétique.
oee.nrcan.gc.ca/residentiel/personnel

Cooling Capacity:	12000BTU/hr
Heating Capacity:	11000BTU/hr
Dehumidification:	4.2 Pt(2L)/hr
Refrigerant/Charge:	R-410A/20.5Oz (580g)

▶ À partir du 1er janvier 2010, tous les nouveaux climatiseurs fabriqués ou importés au Canada devront contenir un gaz réfrigérant moins dommageable pour l'environnement que le R-22. Plusieurs fabricants ont devancé la date prévue et de nombreux climatiseurs contiennent aujourd'hui du R-410A.

5 conseils utiles

1 | **Privilégiez les appareils dont le filtre est facilement accessible et amovible.** Un filtre empoussiéré diminue l'efficacité du climatiseur et en augmente donc les coûts d'utilisation.

2 | **Assurez-vous que les entrées d'air intérieures et extérieures sont dégagées en tout temps.** Cela est essentiel au bon fonctionnement de l'appareil et assure un rendement optimal.

3 | **Pour un confort et une efficacité optimaux,** programmez votre climatiseur pour qu'il démarre doucement quelques heures avant votre retour à la maison plutôt que de le régler au maximum à votre arrivée.

4 | **Si la nuit est fraîche, utilisez le mode ventilateur seulement.** Vous économisez ainsi de l'énergie tout en réduisant le bruit, puisque le compresseur ne fonctionne pas.

5 | **Faites inspecter votre climatiseur environ tous les deux ans.** Vous pourriez ainsi détecter tôt de petits problèmes avant qu'ils n'en deviennent de gros.

◀◀

par Rémi Maillard



Illustrations: Mélanie Giguère-Gilbert

Prévenir le cancer dans l'assiette

UN RÉCENT RAPPORT DES AUTORITÉS SANITAIRES FRANÇAISES FAIT LE POINT SUR NOS CONNAISSANCES **DES LIENS ENTRE NUTRITION ET CANCER.**

«Que ton aliment soit ton remède», disait Hippocrate. Cette recommandation n'a jamais été autant d'actualité puisqu'il est désormais établi que l'alimentation joue un rôle important dans l'explosion de certaines pathologies, comme les troubles cardiovasculaires, le diabète et plusieurs cancers, sans parler de l'épidémie d'obésité.

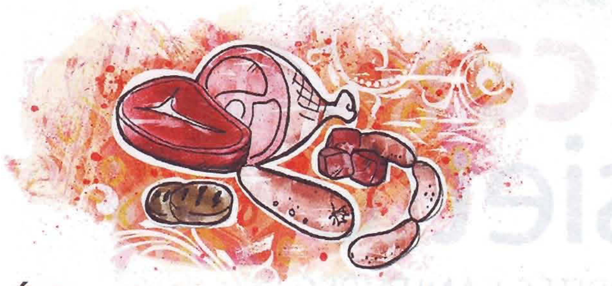
Pour aider les professionnels de la santé à mieux répondre aux questions du grand public, l'Institut national du cancer (INCa), en France, a récemment publié un état des lieux des connaissances en matière de nutrition et de prévention des cancers. Sur la base des données scientifiques fournies par le Fonds mondial de recherche contre le cancer et l'American Institute for Cancer Research, entre autres, l'INCa a dressé la liste des comportements et habitudes alimentaires qui protègent de la maladie ou y exposent.

En voici les grandes lignes, commentées par Stéphanie Côté, coordonnatrice d'Extenso, le Centre de référence sur la nutrition humaine de l'Université de Montréal. ▶▶



Manger plus de fruits et de légumes

Selon l'INCa, consommer chaque jour au moins cinq fruits et légumes non féculents variés (400 g/jour ou plus), crus, cuits, frais, en conserve ou surgelés, réduit le risque de cancer. «Certains légumes sont particulièrement riches en substances anticancer, notamment les crucifères [brocolis, choux de Bruxelles, choux-fleurs] et les alliacées [ail, oignons, échalotes, poireaux], explique Stéphanie Côté. Les fruits les plus recommandés sont les baies, spécialement les bleuets, les framboises, les fraises et les canneberges, qui sont bourrés de nutriments. Mais qu'ils soient rouges, jaunes, verts, blancs, violets ou orange, tous les fruits et légumes sont intéressants, car chacun possède ses propres vitamines, minéraux ou antioxydants.» Autre avantage: ils apportent peu de calories et renferment beaucoup de fibres et d'eau, ce qui permet de manger à sa faim tout en contribuant à éviter le surpoids et l'obésité. Quant aux féculents, «ils ont des qualités nutritionnelles, précise Stéphanie Côté, simplement les études n'ont pas établi de lien avec l'incidence du cancer».



Éviter viandes rouges et charcuteries

Le risque de cancer colorectal est augmenté de 29 % par portion de 100 g de viandes rouges [bœuf, porc, mouton, agneau, cheval] consommée par jour et de 21 % par portion quotidienne de 50 g de charcuteries, avertit l'INCa. «La viande rouge renferme une molécule pro-oxydante qui favoriserait le développement de cancers, confirme Stéphanie Côté. Et la charcuterie pose surtout problème parce qu'elle contient des nitrites et des nitrates qui, une fois dans le corps, peuvent se transformer en composés cancérigènes.» Conclusion de l'INCa: il faut limiter la consommation de viandes rouges à moins de 500 g par semaine et, pour compléter l'apport de protéines, alterner avec des viandes blanches [poulet, dinde, etc.], du poisson, des œufs et des légumineuses. Sans oublier de réduire ses envies de charcuteries, en particulier celles qui sont très grasses ou très salées.

Niveau de preuve

Diminution du risque		Augmentat…	
Convaincant [vert foncé]	Probable [vert clair]	Probable [orange]	Co… [rouge]

L'alimentation et le cancer
Niveaux de preuve des relations entre les facteurs nutritionnels et différe…

	Bouche, pharynx et larynx	Œsophage	Poumon	Estomac	Pancréas
Légumes non féculents*	[vert clair]	[vert clair]		[vert clair]	
Fruits	[vert clair]	[vert clair]	[vert clair]	[vert clair]	
Viandes rouges et charcuteries					
Sel et aliments salés				[orange]	
Boissons alcoolisées	[rouge]	[rouge]			
Suppléments de bêta-carotène			[rouge]		
Activité physique					
Corpulence		[rouge]			[rouge]
Excès d'adiposité abdominale					[orange]

* Les légumes féculents comprennent les pommes de terre, les patates douces, les ignames et le manioc, entre autres.

Source: INCa, d'après les données du Fonds mondial de recherche contre le cancer et de l'American Institute for Cancer Research.



Réduire le sel

L'abus de sel et d'aliments salés accroît le risque de cancer de l'estomac, prévient l'INCa. Or, les Canadiens consomment en moyenne 8 g de sel par jour, soit plus du double de la quantité recommandée et près de 40 % de plus que l'apport maximal tolérable fixés par Santé Canada pour un adulte – l'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande de ne pas dépasser une consommation quotidienne de 5 g. «Plus de 80 % du sel que nous ingérons se trouve dans les aliments transformés ou déjà préparés. Mieux vaut donc cuisiner le plus possible à la maison», conseille Stéphanie Côté.

du risque

incant

es localisations de cancers

Vésicule biliaire	Foie	Côlon, rectum	Sein (avant la ménopause)	Sein (après la ménopause)	Endomètre	Rein
		Homme Femme				
		Côlon				



Gare aux suppléments de bêta-carotène

Naturellement présent dans beaucoup de fruits et légumes comme les pêches, les abricots, les cerises, les oranges, les carottes, les brocolis et le fenouil, le bêta-carotène est un puissant antioxydant qui «piège» les radicaux libres, soupçonnés d'endommager nos cellules. D'après l'INCa, une alimentation «équilibrée et diversifiée» suffit à couvrir les besoins nutritionnels et il faut s'abstenir d'en consommer sous forme de suppléments alimentaires. En effet, non seulement leur utilisation à fortes doses (de 20 à 30 mg/jour) «n'a pas d'effet protecteur sur le risque de divers cancers», mais les études montrent qu'elle augmente «significativement» le risque de cancer du poumon chez les personnes exposées à des agents cancérogènes, notamment les fumeurs.



Perdre les kilos superflus

Il faut garder un poids santé, c'est-à-dire avoir un indice de masse corporelle (IMC) compris entre 18,5 et 24,9 kg/m². En effet, l'INCa rappelle que l'accroissement de la corpulence est associé à une augmentation de 8 à 55 % du risque de plusieurs cancers. Au contraire, le risque de cancer du côlon, par exemple, diminue de 18 à 29 % en fonction du type d'activité physique pratiquée ou de son intensité.

Aujourd'hui, au Canada, le surpoids ou l'obésité touchent près de 60 % de la population adulte et 26 % des enfants. Pour prévenir ce fléau, l'INCa recommande de limiter les activités sédentaires (télévision, ordinateur) et de pratiquer, au moins cinq jours par semaine, 30 minutes ou plus d'activité physique d'intensité modérée (marche rapide, vélo, natation). Ou de s'adonner à 20 minutes d'activité d'intensité élevée (course) trois jours dans la semaine. ▸▸



Supprimer les boissons alcoolisées

«Le risque augmente avec la quantité globale d'alcool absorbée et est significatif dès une consommation moyenne d'un verre par jour», affirme l'INCa. Comme il n'existe pas de dose qui soit sans effet sur la santé, «toute consommation d'alcool est déconseillée». La raison? Vin, bière et spiritueux contiennent de l'éthanol, une substance qui, une fois dans l'organisme, se décompose en produits cancérigènes. De son côté, l'OMS indique que la dose maximale acceptable d'alcool est de deux verres par jour pour les hommes et d'un verre pour les femmes. (Pour en savoir plus, voyez page 20.)

In vino Satanas?



Le Dr Richard Béliveau

Boire un peu de vin chaque jour nuit-il à la santé? Oui, soutient l'INCa, car les risques de cancer augmentent dès le premier verre d'alcool et «quel que soit le type de boisson alcoolisée», y compris le vin. Oui, confirme une importante étude de l'Université d'Oxford menée durant sept ans auprès de 1,3 million de femmes au Royaume-Uni, dont la majorité ingérait 10 g d'alcool par jour, soit l'équivalent d'un verre de vin. Bien que peu élevée, cette consommation serait à l'origine de 13 % des cancers du sein, du foie, du rectum, de la bouche et de la gorge, concluent les chercheurs britanniques – pour le cancer de la bouche, le risque augmentait de 29 %, et jusqu'à 44 % pour celui de la gorge.

Propriétés anticancéreuses

Alors faut-il vider toutes nos bonnes bouteilles… au fond de l'évier? «Certainement pas, commente le Dr Richard Béliveau, chercheur au service d'oncologie de l'Hôpital général juif de Montréal. Il est évident qu'une consommation excessive d'alcool, par exemple le fait de se soûler en dehors des repas, induit des cancers. Mais le rapport de l'INCa et l'étude d'Oxford ont constaté une augmentation spectaculaire des risques de cancer des voies aérodigestives supérieures [bouche, gorge, larynx, œsophage] uniquement chez les fumeurs actifs. De plus, l'étude d'Oxford a été réalisée sur une population à risque, en raison de sa sédentarité et d'un régime pauvre en végétaux et trop riche en graisses. En réalité, si vous ne fumez pas ou si vous êtes un ancien fumeur, les risques ne sont pas significatifs.» Au contraire, le Dr Béliveau relève que la consommation modérée d'alcool au moment des repas – d'un à deux verres pour les hommes, un verre pour les femmes – est associée à une réduction du risque de 10 à 30 % de certains cancers (thyroïde, rein et lymphome non hodgkinien), ainsi qu'à une baisse d'environ 30 % du taux de mortalité par maladies cardiovasculaires. De même, boire un ou deux verres de vin rouge par jour permettrait de réduire de 50 % la probabilité de souffrir de la maladie d'Alzheimer. En effet, le vin rouge n'est pas une boisson alcoolisée comme les autres, explique Richard Béliveau. Contrairement au blanc, on le fabrique en conservant la peau du raisin. Or, au cours du processus de fermentation, celle-ci libère de nombreux polyphénols. Et l'une de ces molécules, le resvératrol, possède des propriétés anticancéreuses, en plus d'avoir une action bénéfique sur le système cardiovasculaire.

SELON RICHARD BÉLIVEAU, LA RÉPONSE DE L'ORGANISME À L'ALCOOL DÉPEND EN GRANDE PARTIE DU CONTEXTE ALIMENTAIRE.

Pas un alcool comme les autres

Cela dit, l'alcool joue bel et bien un rôle dans le développement de cancers, tels que celui du foie, de la bouche ou du côlon, y compris chez les non-fumeurs, signale le Dr Béliveau. «Mais on note une différence importante entre l'alcool et le vin rouge, précise-t-il. Par exemple, alors que celui-ci n'a aucun effet sur le risque de cancer du foie, les autres sortes d'alcools l'accroissent de 30 %. Le seul cancer qui augmente légèrement chez les non-fumeuses, qu'elles boivent de l'alcool ou du vin rouge, est celui du sein.»

Que faut-il en conclure? Richard Béliveau et nombre d'autres chercheurs et médecins estiment que la réponse de l'organisme à l'alcool dépend en grande partie du contexte alimentaire. Selon eux, on ne peut donc mettre sur le même plan la consommation quotidienne d'un ou deux verres de vin dans le cadre d'un régime diversifié riche en oméga-3, en fruits, en légumes et en légumineuses – soit un régime de type méditerranéen – et celle qui est associée à une nourriture grasse, au tabac ou à un mode de vie sédentaire. Autrement dit, comme le soulignait récemment le professeur David Servan-Schreiber dans une tribune libre publiée dans la presse, «c'est la synergie de nos habitudes, bonnes ou mauvaises, qui semble déterminante pour le développement des tumeurs».

Pour en savoir plus

Institut national du cancer
Nutrition et prévention des cancers: des connaissances scientifiques aux recommandations
www.e-cancer.fr
(tapez «La Santé publique», puis «Nutrition et cancer»)

Fonds mondial de recherche contre le cancer
www.fmrc.fr

La santé par le plaisir de bien manger: la médecine préventive au quotidien, Richard Béliveau et Denis Gingras, Trécarré, 2009

Anticancer: prévenir et lutter grâce à nos défenses naturelles, David Servan-Schreiber, Robert Laffont, 2007

◂◂

Photo: Robert Etcheverry

par Stéphanie Côté, M.Sc., Dt.P., et Marie-Josée LeBlanc, Ph.D., Dt.P.
Extenso, le Centre de référence sur la nutrition humaine de l'Université de Montréal

Une petite saucette?

LA MOITIÉ DES QUELQUE **150 PRODUITS RECENSÉS** ACCOMPAGNERONT FORT BIEN LES CRUDITÉS CET ÉTÉ.

Il n'y a rien de tel que des crudités nature, mais si une trempette peut vous inciter à manger plus de légumes, c'est tant mieux. Pour agrémenter les petites carottes, les lanières de poivrons et les bâtonnets de céleri, l'offre du marché est diversifiée: hoummos, mayonnaise, fromage à la crème, yogourt, etc. Afin d'identifier les meilleurs choix, nous avons recensé et évalué près de 150 produits vendus au début de l'année dans les épiceries et grandes surfaces de la grande région de Montréal.

Du goût et des calories

Les crudités sont idéales pour apaiser un ventre qui crie, aider à patienter jusqu'au prochain repas et limiter les portions d'aliments que vous mangerez ensuite. Les trempettes ajoutent de la saveur et apportent parfois des vitamines et des minéraux, mais souvent au prix de beaucoup de sel et de gras, surtout si on se sert d'une crudité comme d'une cuillère! Quand on considère qu'une portion correspond à environ 2 c. à soupe (soit 30 g ou 30 ml, la quantité de référence définie par Santé Canada), la facture énergétique peut grimper rapidement. En somme, la trempette est aux crudités ce que la vinaigrette est à la salade: elle devrait servir à assaisonner les légumes et à en relever la saveur, et non à les noyer.

De manière générale, les trempettes fournissent beaucoup plus de calories que les bâtonnets de légumes qu'on y plonge. Entre les produits à base de yogourt, de pois chiches et d'huile de canola, il y a toutefois de grands écarts.

Vous cherchez un produit qui n'apparaît pas dans le tableau?
Consultez la liste des trempettes qui ont échoué sur le site Protégez-Vous.ca.
www.protegez-vous.ca/trempettes



Photos: Réjean Poudrette; iStockphoto



Une trempette sucrée

▶ La *Trempette à Barette légère*, même s'il s'agit d'une trempette pour légumes, est de loin la plus sucrée avec 20 g de glucides par portion. En fait, c'est même la seule de l'étude qui en renferme plus de 8 g.



Allégée... mais pas en vitamine A

▶ Fait surprenant, la version originale de la *Trempette aux épinards* de *Fontaine Santé* ne comble que 2 % de la valeur quotidienne de vitamine A, alors que la version légère en fournit 15 %. C'est parce que les substances laitières (crème sure et yogourt) qui remplacent la mayonnaise – à base d'huile – dans la trempette légère en sont une source.



Beaucoup de gras

▶ Dans 2 c. à soupe des trempettes *Bolvert Ail*, *Cuisine Poirier César* et *Cuisine Poirier Herbes de Provence*, il y a l'équivalent en lipides totaux d'environ cinq godets de beurre. Ce sont aussi les plus énergétiques, avec 200 kcal par portion.

En effet, l'apport énergétique varie de 25 à 200 kcal par portion de 30 g (ou 30 ml). Les produits les plus riches de notre échantillon sont à base d'huile de canola, et souvent de type mayonnaise, alors que les plus faibles en calories sont dans bien des cas à base de yogourt, de pois chiches ou de poivrons rouges. Parmi ceux-ci, le *Tzatziki au yogourt Minçavi* et la *Raïta indienne Le Choix du Président Menu bleu* sont dignes de mention avec seulement 25 kcal par portion. Quant aux autres produits à base de lentilles, d'épinards, d'artichauts, de crème sure ou de fromage, ils ont des apports caloriques très variables.

Gras: entre 0 et beaucoup

La teneur en lipides oscille entre 0 et 22 g par portion. Cependant, en raison du rôle de condiment que devraient jouer les trempettes (ce qui sous-entend qu'on en consomme peu), nous n'avons pas établi de limite de calories ou de lipides totaux pour notre évaluation.

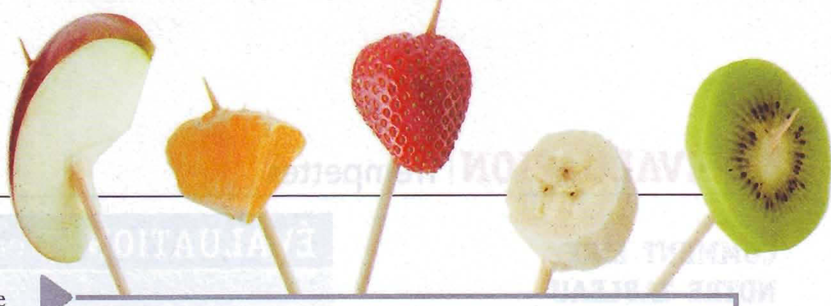
LA TENEUR EN GRAS VARIE DE 0 À 22 G PAR PORTION!

Dans notre alimentation, il faut privilégier les acides gras insaturés et limiter les gras saturés et trans. Heureusement, la majorité des trempettes renferment surtout des gras insaturés et très peu de gras trans (en moyenne 0,1 g par portion). Les produits à base d'huile de canola fournissent même des doses appréciables d'oméga-3. Les gras saturés sont plus présents dans les trempettes au fromage, à la crème ou à la crème sure, mais leur teneur est tout de même modérée: seule la *T. Marzetti César* en renferme plus de 3 g. Pour identifier les «meilleurs choix», nous avons fixé une limite de 1 g de gras saturés par portion, et pour les «bons choix», nous avons permis le double.

La vérité sur les allégés

«Léger» ou «réduit en» signifie que le produit renferme au moins 25 % de moins d'un élément (calories ou gras, dans le cas qui nous intéresse) que la recette originale. Cela ne garantit toutefois pas que l'aliment est faible en gras. À preuve, parmi la quinzaine de trempettes allégées, plusieurs s'avèrent encore assez grasses. Par exemple, même si elles comptent moitié moins de gras que leurs versions ordinaires, les variétés *César légère* et *Grecque avec féta légère* de *Renée's Gourmet* en fournissent 10 g par portion. À l'inverse, les quatre produits *Wild Garden*, bien qu'ils ne se prétendent pas faibles en gras, n'en renferment que 2 g par portion. Bref, mieux vaut examiner le tableau de la valeur nutritive, plutôt que de se fier aux allégations.

Réduire la teneur en gras d'une trempette se fait au prix de changements dans sa composition, pour ne pas dire dans sa nature. De manière générale, il y a plus d'eau et d'agents de texture (amidon de maïs modifié, gomme xanthane, etc.) et moins d'huile et de fromage dans les versions allégées que dans



les recettes originales. Plutôt que de faire des compromis sur le goût, pourquoi ne pas simplement limiter la portion?

Peu de sel, c'est possible

Pour être un «meilleur choix», les trempettes devaient avoir une faible teneur en sodium, soit 85 mg par portion selon Santé Canada. Seulement 8 % des 142 produits évalués respectent ce critère. Et même si on fixe la limite acceptable à 170 mg par portion pour les «bons choix», plus d'un produit sur trois échoue. La championne au critère du sodium est la *Bolvert Rosette*, avec seulement 20 mg par portion. À l'inverse, 2 c. à soupe de la trempette *Salade de chou* de *Renée's Gourmet*, la plus salée de notre étude, fournissent une étonnante dose de 460 mg de sodium, soit 20 % de l'apport maximal tolérable pour un adulte.

Faibles en... protéines

Les pois chiches et autres légumineuses de même que les produits laitiers, tels que le yogourt et le fromage, sont des sources intéressantes de protéines. Mais leur présence dans une trempette ne suffit pas à en faire une source appréciable. D'abord, la teneur en protéines varie selon la recette du fabricant; par exemple, les tzatzikis en renferment tantôt 1 g, tantôt 3 g. Par ailleurs, il y a des limites à la quantité de protéines que peuvent contenir 2 c. à soupe de trempette: 4 g, tout au plus, dans le cas de la *Minçavi Tofu aux légumes*. Pour un apport plus substantiel, qui rendra la collation plus soutenante, optez pour une trempette dont la teneur en calories n'est pas trop élevée et augmentez-en la portion.

Vitamines et minéraux

Dans certains produits, les carottes, les épinards et les poivrons rouges contribuent à combler les besoins en vitamine A; les poivrons rouges apportent aussi de la vitamine C. Le pourcentage de la valeur quotidienne (% VQ) est toutefois assez variable, et généralement faible. Bref, ce ne sont pas les trempettes, mais plutôt les légumes que vous y trempez qui y contribueront le plus!

Pour tous les goûts

Dix trempettes ont mérité la mention de «meilleur choix». De ce nombre, cinq sont des hoummos (purées de pois chiches), soit les quatre produits *Wild Garden* et le produit *Minçavi*, et trois sont à base de lentilles, soit la trempette *Asygo* et les deux *Méditerranéo*; complètent la liste un produit à base de yogourt, la *Raïta indienne Le Choix du Président Menu bleu*, et une trempette aux poivrons rouges rôtis de *Fontaine Santé*. Bref, les produits à base de légumineuses sont des choix très intéressants. Parmi les 67 «bons choix», on trouve des trempettes de tout genre: à base de légumineuses, de yogourt, de purées de légumes, de fromage, de mayonnaise, de crème sure, etc. Vous n'avez qu'à faire votre choix!

Et comme dessert

On trouve sur le marché quelques trempettes pour fruits: au chocolat, au chocolat blanc, au yogourt à la vanille, au caramel, au fromage à la crème, etc. Le sucre y occupe généralement beaucoup de place. Certains produits au chocolat ou au caramel en sont même composés presque aux deux tiers. Mieux vaut donc y aller avec modération. Cela dit, les trempettes maison n'ont pas d'égales. Et elles sont si faciles à préparer! Voici quelques idées.

Choisissez une des bases suivantes



180 ml de yogourt nature



180 ml de fromage Quark



180 ml de yogourt nature égoutté* (ordinaire ou de chèvre)

et mélangez-y un de ces groupes d'ingrédients



- 100 ml de fraises ou de framboises en purée
- 5 feuilles de menthe hachées
- un soupçon de fleur d'oranger



- zeste d'un citron
- 2 c. à thé de jus de citron
- 2 c. à thé de sucre



- 1 ½ c. à thé de menthe fraîche hachée
- 1 ½ c. à thé de zeste d'orange
- 2 c. à thé de jus d'orange



- 1 c. à soupe de miel ou de sirop d'érable
- une pincée de cannelle



- 1 c. à soupe de noisettes moulues
- 1 c. à thé de miel
- une pincée de cannelle
- une pincée de muscade



- 4 figues séchées hachées
- 4 c. à soupe de pistaches moulues
- 2 c. à soupe de miel
- eau pour diluer au besoin

* qu'on appelle labneh: tapissez une passoire d'un coton à fromage ou d'un papier essuie-tout. Versez-y le yogourt (le double de la quantité désirée). Laissez-le s'égoutter au réfrigérateur jusqu'à ce que son volume ait réduit de moitié, soit environ une nuit.

Pour une trempette au chocolat, combinez



1 paquet de tofu soyeux mou



- 30 ml de poudre de cacao
- 30 ml de sucre
- 60 ml de lait

COMMENT LIRE NOTRE TABLEAU

⊕⊕ meilleur choix

⊕ bon choix

Les valeurs nutritives sont données pour une portion de 30 g (ou 30 ml), soit la quantité de référence déterminée par Santé Canada.

1 Produit
Nous avons analysé et comparé la valeur nutritive de 142 trempettes vendues dans les supermarchés et les grandes surfaces de la grande région de Montréal au début de 2009. Nous vous présentons les 77 produits recommandés. Ces derniers sont tous vendus réfrigérés, sauf les trempettes *Wild Garden*. Pour voir la liste des produits qui ont échoué, visitez le www.protegez-vous.ca/trempettes.

2 Prix/portion
Pour une portion de 30 g (ou 30 ml), approximatif, relevé au début de 2009 et arrondi aux 5 ¢ près.

3 Portion de 30 g ou 30 ml
Gras saturés en grammes (g) et sodium en milligrammes (mg).

4 Valeur nutritive
Pour faire partie de nos meilleurs choix, les trempettes doivent fournir, par portion de 30 g ou 30 ml, au plus 1 g de gras saturés et 85 mg de sodium. Les bons choix peuvent contenir jusqu'à 2 g de gras saturés et 170 mg de sodium. Les 65 autres produits ont échoué à un ou aux deux critères.

Les produits sont classés par ordre alphabétique dans chaque catégorie.

Comment les joindre

Asygo	418-827-5335	
Athenos	1-800-343-1976	www.athenos.com
Bolvert	450-886-1504	
Cuisine Poirier	450-886-1504	www.cuisinepoirier.ca
Fontaine Santé	1-888-627-2683	www.fontainesante.com
La Trempette à Barrette	418-730-6041	www.saucesettrempettes.com
Le Choix du Président	1-888-495-5111	www.lechoixdupresident.ca
LiteHouse	1-800-669-3169	www.litehousefoods.com
Luisa's Delicioso	419-695-9925	www.lakeviewfarms.com
Méditérranéo	1-888-633-4483	
Minçavi	1-800-567-2761	www.mincavi.com
Philadelphia	1-800-567-5723	www.kraftcanada.com
Renée's Gourmet	1-888-473-6337	www.renees.com
Sabra	631-753-5370	www.sabra.com
Sélection Mérite	1-800-561-8429	www.metro.ca
Skotidakis	613-674-3183	www.skotidakis.com
Skoulakis	1-888-768-8525	www.skoulakis.com
Wild Garden	708-222-8330	www.wildgarden.biz

ÉVALUATION | Trempettes

1 Produit	2 Prix/ portion	3 Portion de 30 g ou 30 ml gras saturés (g)	sodium (mg)	4 Valeur nutritive
LES MEILLEURS CHOIX				
ASYGO Aubergines et lentilles	45 ¢	0	75	⊕⊕
FONTAINE SANTÉ Poivrons rouges rôtis	45 ¢	0,5	60	⊕⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT MENU BLEU Raïta indienne	45 ¢	1	55	⊕⊕
MÉDITÉRRANÉO Motappa	50 ¢	0	75	⊕⊕
MÉDITÉRRANÉO Tartinade de lentille	35 ¢	0	65	⊕⊕
MINÇAVI Houmous traditionnel	45 ¢	0	85	⊕⊕
WILD GARDEN Hummus Ail rôti	25 ¢	0	70	⊕⊕
WILD GARDEN Hummus Poivron rouge	25 ¢	0	70	⊕⊕
WILD GARDEN Hummus Tomate séchée	25 ¢	0	70	⊕⊕
WILD GARDEN Hummus traditionnel	25 ¢	0	70	⊕⊕
LES BONS CHOIX				
ATHENOS Trois poivres épicés	50 ¢	0,4	160	⊕
BOLVERT Ail	40 ¢	2	110	⊕
BOLVERT Rosette	40 ¢	2	20	⊕
CUISINE POIRIER Sauce mayonnaise Ail et tomates	35 ¢	1	90	⊕
CUISINE POIRIER Sauce mayonnaise César	35 ¢	2	100	⊕
CUISINE POIRIER Sauce mayonnaise Herbes de Provence	35 ¢	2	90	⊕
FONTAINE SANTÉ Baba Gannouj	40 ¢	0,5	125	⊕
FONTAINE SANTÉ Épinards - léger	50 ¢	1	90	⊕
FONTAINE SANTÉ Épinards - original	50 ¢	2	140	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus 7 poivres	40 ¢	0,5	100	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus Ail rôti	40 ¢	0,5	115	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus Caviar d'aubergine et olives	40 ¢	0,5	140	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus épicé	40 ¢	0,5	100	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus Légumes	40 ¢	0,5	115	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus Oignons rôtis	40 ¢	0,5	130	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus Poivrons rouges rôtis	40 ¢	0,5	125	⊕
FONTAINE SANTÉ Hummus traditionnel	40 ¢	0,5	115	⊕
FONTAINE SANTÉ Oignons rôtis	50 ¢	2	125	⊕
FONTAINE SANTÉ Tartinade de tofu - original	45 ¢	1	160	⊕
FONTAINE SANTÉ Tzatziki yogourt	45 ¢	1	110	⊕
LA TREMPETTE À BARRETTE - légère	55 ¢	0,5	160	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Épinards et chipotles	40 ¢	1,5	130	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Fromage bleu	30 ¢	2	160	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus	35 ¢	0,5	115	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus à l'ail grillé	35 ¢	0,5	110	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus épicé	40 ¢	0,5	160	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus garni - Ail grillé, poivrons rouges et cumin	50 ¢	0,5	120	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus garni - Pignons grillés et pois chiches	45 ¢	0,5	120	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus garni - Piments chipotle et poivrons rouges grillés	50 ¢	0,5	135	⊕
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus garni - Poivrons grillés et paprika	50 ¢	0,5	120	⊕



ÉVALUATION | Trempettes (suite)

① Produit	② Prix/ portion	③ Portion de 30 g ou 30 ml: gras saturés (g)	③ Portion de 30 g ou 30 ml: sodium (mg)	④ Valeur nutritive
LES BONS CHOIX (SUITE)				
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Hummus garni - Tapenade aux olives et épice Za'atar	50 ¢	0,5	160	+
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Poivrons rouges grillés	40 ¢	1,5	100	+
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Ranch	30 ¢	1	160	+
LE CHOIX DU PRÉSIDENT (PC) Ranch aux chipotles	20 ¢	2	170	+
LE CHOIX DU PRÉSIDENT Tzatziki traditionnel	40 ¢	2	140	+
LE CHOIX DU PRÉSIDENT MENU BLEU Baba Ghanouj	45 ¢	0,5	120	+
LE CHOIX DU PRÉSIDENT MENU BLEU Haricots blancs et poivrons rouges grillés	45 ¢	0,2	120	+
LITEHOUSE César à l'ail	30 ¢	1,5	90	+
LITEHOUSE César avec morceaux d'ail	30 ¢	1,5	90	+
LUISA'S DELICIOSO Notre meilleure trempette à étages	65 ¢	1,5	140	+
MÉDITÉRRANÉO Hummus à l'ail rôti	50 ¢	0	120	+
MÉDITÉRRANÉO Hummus Poivrons rouges rôtis	50 ¢	0	125	+
MINÇAVI Épinards et artichauts	45 ¢	0,5	140	+
MINÇAVI Tofu aux légumes	45 ¢	0,4	110	+
MINÇAVI Tzatziki au yogourt	45 ¢	0	150	+
PHILADELPHIA Chipotle fumé	40 ¢	1,5	150	+
PHILADELPHIA Poivron rouge grillé	40 ¢	1,5	170	+
RENÉE'S GOURMET César	35 ¢	1	120	+
RENÉE'S GOURMET César suprême	35 ¢	1	150	+
RENÉE'S GOURMET Concombre et aneth	35 ¢	1	160	+
RENÉE'S GOURMET Graines de pavot	35 ¢	1	170	+
RENÉE'S GOURMET Graines de pavot - légère	35 ¢	0	140	+
RENÉE'S GOURMET Grecque avec féta	35 ¢	2	140	+
RENÉE'S GOURMET Grecque avec féta - légère	35 ¢	1	140	+
RENÉE'S GOURMET Ranch	35 ¢	1	160	+
SABRA Hoummos à l'ail grillé	55 ¢	0,5	135	+
SABRA Hoummos au poivron rouge grillé	55 ¢	1	125	+
SABRA Hoummos aux olives grecques	55 ¢	1	150	+
SABRA Hoummos aux pignons rôtis	55 ¢	0,5	130	+
SABRA Hoummos classique	55 ¢	0,5	135	+
SABRA Hoummos épicé suprême	55 ¢	0,5	160	+
SABRA Succulent hoummos au citron	55 ¢	0,5	150	+
SÉLECTION MÉRITE IRRÉSISTIBLE Feta grecque	30 ¢	1,5	170	+
SÉLECTION MÉRITE IRRÉSISTIBLE Poivrons rouges rôtis	30 ¢	1	170	+
SKOTIDAKIS Jalapeño	55 ¢	1,5	110	+
SKOTIDAKIS Tzatziki	60 ¢	1,5	110	+
SKOULAKIS Tzatziki	40 ¢	1,5	110	+

par Frédéric Perron



Faire payer les pots cassés

MEUBLES ABÎMÉS, RETARDS INACCEPTABLES, FACTURES GONFLÉES: **COMMENT OBTENIR RÉPARATION?**

La Division des petites créances de la Cour du Québec traite de nombreux litiges au sujet de déménagements. Parmi les problèmes les plus fréquents, on compte les bris de meubles, les retards, les frais cachés et les diverses mésententes à propos du contrat. Voici un résumé de quelques décisions rendues ces dernières années... et nos conseils pour éviter de vivre de pareilles situations! Pour lire ces jugements, rendez-vous à Jugements.qc.ca.



Six heures de trop

Normalement, un déménagement local devrait prendre environ une heure par pièce. Suivant cette règle d'usage, celui d'une consommatrice de Châteauguay aurait dû durer sept heures. Or, son déménageur en prend 13 pour transporter ses biens de son ancien à son nouveau domicile, qui se trouve à 15 minutes de distance en voiture. Selon la dame, les employés endommagent un meuble et des électroménagers. De plus, ils rebranchent le réfrigérateur immédiatement à l'arrivée, sans attendre le délai prescrit par le fabricant.

À la cour des petites créances, la consommatrice demande le remboursement de six heures de main-d'œuvre, soit 840 $, ainsi que 1115 $ en dommages à ses biens. Les parties défenderesses sont Déménagement et Entreposage Trans-Canada Ltée et Royal Moving and Storage Chateauguay. La première ayant fait faillite, c'est la seconde qui se présente au tribunal.

Or, selon le juge Claude Montpetit, celle-ci n'a pu expliquer pourquoi le déménagement a pris 13 heures. D'après lui, «la demanderesse a prouvé que les employés de la défenderesse n'avaient pas agi avec diligence, ne possédaient pas les habiletés nécessaires afin d'effectuer un travail convenable et qu'ils ne travaillaient pas avec un équipement adéquat, efficace et sécuritaire».

Le juge accorde à la dame 840 $ pour les heures de travail payées en trop et 200 $ pour les dommages. Par contre, il rejette sa demande de dédommagement pour le réfrigérateur, dont le bris serait dû au branchement trop rapide par les déménageurs. Selon le juge, la consommatrice n'a pu prouver cette affirmation.

Jugement nº 760-32-010279-059

Illustrations: michoillustrations.com



Une moitié de déménagement

En janvier 2007, un représentant de Vasy Transport se serait rendu chez une consommatrice pour évaluer le coût d'un déménagement de Montréal à Toronto, qu'il aurait fixé à seulement 524 $. L'entreprise devait procéder le 3 février 2007. Or, elle transporte seulement la moitié des biens ce jour-là et elle promet de déménager le reste une semaine plus tard, sans frais supplémentaires. Mais cela n'a jamais été fait. Alors que la dame se trouve à Toronto, les nouveaux locataires de son appartement de Montréal disposent de ses biens. Elle doit revenir à Montréal pour tenter d'en récupérer une partie. Par ailleurs, des toiles auraient été endommagées dans le transport. Devant la cour des petites créances, la demanderesse réclame la somme de 3120 $ à l'entreprise.

Au tribunal, Vasy Transport affirme que la demanderesse n'était pas présente à son appartement de Montréal le jour du déménagement, ce qui aurait occasionné des retards. Selon l'entreprise, la consommatrice aurait sous-estimé la quantité de meubles à transporter. Dans une demande reconventionnelle, le déménageur réclame 3500 $ à son ex-cliente.

Le juge André Renaud rejette les arguments du commerçant et souligne que, en tant que spécialiste du déménagement, il lui appartient de prévoir un ou des véhicules appropriés pour déménager les meubles de la demanderesse. Il doit donc assumer les conséquences de sa mauvaise évaluation. Par contre, selon le juge Renaud, la réclamation de la dame est imprécise. Il fixe donc le montant des dédommagements à 1000 $.

Jugement nº 500-32-103788-073

DES CONSEILS pour éviter les ennuis

1 | CHOISIR UN BON DÉMÉNAGEUR

- Faites une recherche sur le site Jugements.qc.ca pour savoir si l'entreprise a perdu des causes aux petites créances.
- Vérifiez le profil du commerçant auprès de l'Office de la protection du consommateur pour savoir si le déménageur a fait l'objet de plaintes et si elles ont été réglées.
514-253-6556 ou 1-888-672-2556
www.opc.gouv.qc.ca
- Vérifiez auprès de la Commission des transports du Québec si l'entreprise figure au Registre des propriétaires et des exploitants de véhicules lourds. Il s'agit d'une obligation légale pour les propriétaires et exploitants de véhicules de plus de 3000 kg.
1-888-461-2433
www.ctq.gouv.qc.ca
- Faites affaire avec une entreprise qui a pignon sur rue. Vous en trouverez plusieurs dans les Pages Jaunes. Évitez les déménageurs qui s'annoncent uniquement dans les petites annonces et qui ne peuvent pas vous fournir d'adresse; certains ont tendance à s'éclipser une fois la période des déménagements terminée.
- Demandez combien de camions l'entreprise possède. Si elle n'en a qu'un seul, un bris ou un retard important pourraient vous laisser dans l'embarras.

2 | CONCLURE UNE ENTENTE

- En général, les contrats de déménagement local (moins de 50 km) sont conclus verbalement, au téléphone. Souvent, on calcule environ une heure de travail par pièce, plus une heure de transport. Pour les déménagements de longue distance, l'évaluation se fait généralement sur place.
- Demandez qu'on vous envoie un contrat écrit sur lequel on trouve le nom, l'adresse et le numéro de téléphone de l'entreprise, vos adresses de départ et d'arrivée, la date et l'heure du déménagement, le taux horaire, le nombre de déménageurs, l'assurance offerte (s'il y a lieu) et toute autre information pertinente.
- Demandez quels modes de paiement seront acceptés.
- Selon la Loi sur la protection du consommateur, si on exige un dépôt plus de deux mois avant le déménagement, il doit être déposé en fidéicommis (dans un compte sous la garde d'un tiers).

3 | S'INFORMER SUR LES ASSURANCES

- Demandez au déménageur s'il possède une assurance qui couvre vos biens. Idéalement, obtenez le nom de la compagnie d'assurances et le numéro de la police afin de pouvoir vérifier ces informations.
- Vérifiez si votre assurance habitation couvre vos biens durant le déménagement.

4 | ÊTRE VIGILANT LE JOUR J

- Pour faciliter le travail des déménageurs, réservez un ascenseur et un espace de stationnement près de la porte de votre immeuble d'habitation, s'il y a lieu.
- Demandez qu'on utilise des couvertures pour protéger vos meubles des égratignures.
- Une fois le travail terminé, inspectez l'appartement et vos biens. Sur le reçu, notez les dommages constatés, s'il y a lieu.

5 | RÉAGIR EN CAS DE PROBLÈME

- Si un déménageur refuse de vous dédommager pour des bris survenus pendant le déménagement, envoyez-lui une mise en demeure. S'il n'y donne pas suite à votre satisfaction, vous pouvez porter plainte à l'Office de la protection du consommateur. Vous pouvez aussi entreprendre un recours à la cour des petites créances. Prenez des photos et conservez vos reçus, contrats et évaluations de dommages; ils pourraient vous servir de preuve devant le tribunal.

▸▸

Cinq heures de retard



Un couple de la Rive-Sud de Montréal a connu plusieurs désagréments durant son déménagement, en juin 2006. Alors que les employés de Déménagement Beauchemin devaient se présenter entre 8 h 30 et 9 h, ils arrivent avec cinq heures de retard. Pendant les travaux, une base de lit et des murs sont endommagés et tachés. Le déménagement n'est même pas terminé qu'on demande le paiement complet, par carte de crédit, sans quoi on confisque les meubles. Des frais pour les housses de matelas et l'assurance, jamais mentionnés avant le déménagement, sont ajoutés.

On demande aux clients de signer un nouveau document qui ne porte pas l'en-tête de la compagnie. Un paragraphe mentionne que le document «constitue l'unique et seule convention entre les parties» et qu'il remplace les contrats précédents. On tente d'y limiter la responsabilité des déménageurs. Quand les clients soulèvent des doutes sur la validité de ce papier, le déménageur profère des menaces, bouscule sa cliente et exige d'utiliser son cellulaire – facturé à la minute – pour compléter la transaction. La semaine suivante, les consommateurs tentent à trois reprises d'entrer en communication avec l'entrepreneur pour réclamer un dédommagement. Chaque fois, le service à la clientèle prend le message en note, mais personne ne rappelle.

En cour, la juge Micheline Laliberté estime que les demandeurs offrent un témoignage crédible et présentent des preuves documentaires suffisantes pour soutenir leurs allégations. Elle leur accorde les 1091,50 $ réclamés pour le retard et les dommages.

Au fil des années, Déménagement Beauchemin, aujourd'hui connu sous le nom de Déménagement Laurier, a accumulé les clients insatisfaits. L'entreprise a perdu au moins quatre litiges aux petites créances, ne daignant même pas se déplacer en cour, malgré des convocations en bonne et due forme. Au cours des deux dernières années, l'Office de la protection du consommateur a enregistré cinq plaintes contre elle; aucune n'a été réglée à la satisfaction du consommateur.

Jugement nº 505-32-021445-060

Quelques articles pertinents

Code civil du Québec

- **2034.** Le transporteur ne peut exclure ou limiter sa responsabilité que dans la mesure et aux conditions prévues par la loi. Il est tenu de réparer le préjudice résultant du retard, à moins qu'il ne prouve la force majeure.
- **2049.** Le transporteur est tenu de transporter le bien à destination. Il est tenu de réparer le préjudice résultant du transport, à moins qu'il ne prouve que la perte résulte d'une force majeure, du vice propre du bien ou d'une freinte* normale.
- **2058.** Le transporteur a le droit de retenir le bien transporté jusqu'au paiement du fret, des frais de transport et, le cas échéant, des frais raisonnables d'entreposage.

Loi sur la protection du consommateur

- **10.** Est interdite la stipulation par laquelle un commerçant se dégage des conséquences de son fait personnel ou de celui de son représentant.
- **40.** Un bien ou un service fourni doit être conforme à la description qui en est faite dans le contrat.
- Les articles **54.1** à **54.16**, qui portent sur les contrats à distance, sont également pertinents si vous concluez une entente au téléphone.

* Perte de volume ou de poids de la marchandise.

ecoconso@protegez-vous.ca

par Rémi Maillard

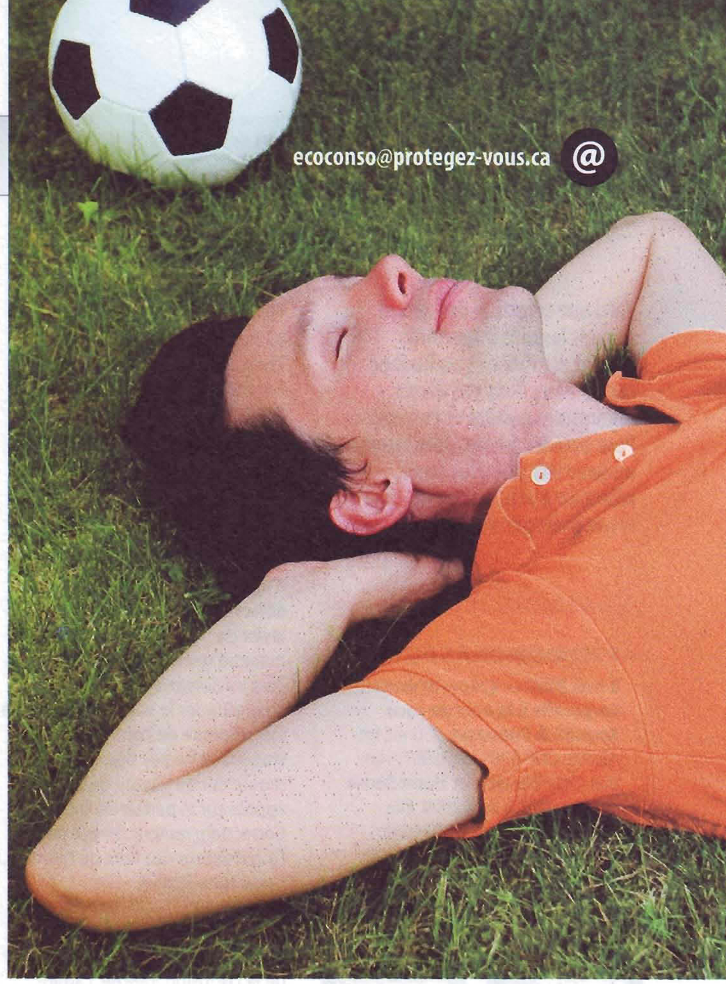


Photo: iStockphoto

ONTARIO 2 QUÉBEC 1

En interdisant au printemps dernier 80 ingrédients actifs présents dans 250 insecticides, herbicides et fongicides utilisés à des fins esthétiques, l'Ontario a frappé un grand coup et pris une longueur d'avance sur le Québec.

«Un coup de pied dans le derrière!» commente, admirative, Édith Smeesters, biologiste et porte-parole d'Équiterre pour les questions d'horticulture écologique. D'autant que, contrairement à ce qui se passe dans la Belle Province, la vente en magasin de ces produits toxiques sera elle aussi prohibée. Fini, notamment, l'usage et la vente à des fins esthétiques de l'insecticide Merit et des herbicides Roundup et 2,4-D. Si ce dernier est déjà interdit au Québec par le Code de gestion des pesticides – ce qui a entraîné une poursuite contre le gouvernement canadien de la part de son fabricant, Dow AgroSciences –, ce n'est pas le cas du Roundup et du Merit, qui restent très prisés ici.

«Nous devons profiter de la nouvelle législation ontarienne pour renforcer notre réglementation et rendre ces produits indisponibles. Le gouvernement doit aussi lancer une campagne de sensibilisation auprès du public pour faire évoluer les mentalités et expliquer qu'il existe des solutions de rechange moins toxiques en cas de problèmes d'insectes ou de mauvaises herbes. C'est une question de santé publique», estime Édith Smeesters. Selon l'Organisation mondiale de la santé, les pesticides causent chaque année la mort d'au moins 200 000 personnes et en empoisonnent plus de trois millions, dont beaucoup d'enfants.

Engrais chimiques, pesticides, gaspillage d'eau: avoir un «beau» gazon pèse lourd sur l'environnement. Édith Smeesters se montre quand même optimiste: «Aujourd'hui, les gens qui ont des pissenlits se sentent moins mal à l'aise qu'il y a quelques années, tandis que certains de ceux qui ont une pelouse impeccable commencent à se poser des questions.»

Une suggestion: pourquoi ne pas remplacer le gazon par du trèfle?

2,4 MILLIARDS de dollars US

vont être consacrés au développement de voitures électriques aux États-Unis. Plus de la moitié de cette somme servira à produire des batteries. Objectif de l'administration Obama: faire circuler un million de véhicules «verts» sur les routes du pays d'ici à 2015. Pour inciter les Étasuniens à modifier leurs habitudes, un crédit d'impôt de 7500 $US leur sera accordé s'ils décident d'acheter ce type d'automobile. Au Canada, le gouvernement prévoit que d'ici à la fin de la prochaine décennie 5 % des autos neuves en circulation au pays – soit 80 000 unités – seront alimentées à partir de sources électriques renouvelables. De son côté, Hydro-Québec a investi 125 millions de dollars en 30 ans dans le développement d'un moteur électrique.

? Que puis-je faire de mes appareils électroniques usagés?

Jean-Louis Fournier, Chicoutimi

PV Beaucoup peuvent être recyclés, soit en passant par votre municipalité, soit en faisant affaire avec un récupérateur. Recyc-Québec publie sur son site Internet une liste d'organismes qui récupèrent le matériel électronique (www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/client/fr/repertoires/rep-recuperateurs.asp). Quelques détaillants, dont Bureau en gros et Future Shop, reprennent aussi des appareils de petite taille, comme les téléphones cellulaires, les lecteurs de CD et de DVD portatifs, les lecteurs MP3, les cartouches d'encre et les piles usées.



Photo: iStockphoto

AVIS&RAPPELS

par Stéphanie Perron

Voici une sélection des avis et rappels les plus importants qui ont été diffusés au Québec ces derniers mois par divers organismes publics et entreprises. Pour accéder à leurs sites Internet ou pour voir une plus large sélection d'avis, visitez le www.protegez-vous.ca.

Contaminations

PSEUDOMONAS PUTIDA

8 mai 2009 — Crème hydratante corporelle à la noix de coco Asquith & Somerset, 250 ml, lot AA005, CUP 639136675907, vendue chez **Winners** et **HomeSense** de déc. 2008 à avril 2009. Elle est contaminée par la bactérie *Pseudomonas putida*, qui infecte les plaies et cause des irritations oculaires. Jetez-la.



Automobiles

Notez le numéro de série de votre véhicule et appelez votre concessionnaire.

HYUNDAI

23 avril 2009 — 69 761 **Hyundai Tucson 2005-2007, Accent, Entourage et Sonata 2006 et 2007, Elantra et Santa Fe 2007 et Veracruz 2007 et 2008:** l'interrupteur des feux de freinage mal posé pourrait empêcher les feux de s'allumer quand on appuie sur la pédale de frein ou faire qu'ils restent allumés quand on cesse d'appuyer. De plus, l'interrupteur défectueux pourrait faire que le levier de vitesses de la boîte automatique reste bloqué en position *Park* au démarrage; cela pourrait aussi allumer le voyant du système électronique de contrôle de la stabilité et ne pas désactiver le régulateur de vitesse quand on appuie sur la pédale de frein. Correction: remplacement de l'interrupteur des feux de freinage. Campagne R0057.

23 avril 2009 — 45 637 **Hyundai Elantra 2001-2003 et Tiburon 2003:** le sel routier pourrait causer de la corrosion interne, l'amincissement de l'acier dans les bras de suspension inférieurs avant, la perforation des panneaux inférieur et supérieur du bras de suspension, et entraîner un bris entre le point de fixation du joint à rotule et ceux des pivots avant et arrière sur le châssis, avec risque de perte de maîtrise. Correction: inspection et, le cas échéant, remplacement des bras de suspension inférieurs avant. S'ils n'ont pas à être remplacés, ajout de trous de drainage et application d'un traitement antirouille. Campagne R0058.

23 avril 2009 — 15 491 **Hyundai Santa Fe 2001-2003:** le sel routier pourrait causer la corrosion interne des bras longitudinaux arrière, l'amincissement et la perforation de l'acier, et entraîner le bris des bras longitudinaux, avec risque de perte de maîtrise. Correction: inspection et, le cas échéant, remplacement des bras longitudinaux arrière. S'ils n'ont pas à être remplacés, ajout de trous de drainage et application d'un traitement antirouille. Campagne R0059.

23 avril 2009 — 34 716 **Hyundai Sonata 1999-2004, XG300 et XG350 2001-2004:** une accumulation de sel routier dans la partie arrière des pièces latérales du cadre porteur pourrait causer de la corrosion interne, l'amincissement et la perforation de l'acier, et entraîner le détachement du bras de suspension inférieur au point de fixation avant du cadre porteur. L'essieu sortira alors de la boîte-pont, avec risque de perte de maîtrise. Correction: inspection et, le cas échéant, remplacement du cadre porteur avant. S'il n'a pas à être remplacé, ajout de trous de drainage et application d'un traitement antirouille. Campagne R0060.

Divers

BALLONS D'EXERCICE

16 avril 2009 — Ballons d'exercice **Bally Total Fitness, Everlast, Body Fit et Valeo**, diamètre de 55, 65 ou 75 cm, vendus avec une pompe de mai 2000 à fév. 2009. Si le ballon est trop gonflé, il pourrait exploser pendant l'utilisation, posant un risque de blessures. Cessez l'utilisation et contactez **EB Brands**: 1-800-624-5671 ou www.ebbrands.com



CAFETIÈRES À TASSE UNIQUE

21 mai 2009 — Cafetières individuelles **Bunn** à tasse unique, pour café ou thé, modèles **MCP (My Café Pourover)** et **MCA (My Café Automatic)**, revêtement noir et acier inoxydable, vendues environ 400 $ d'août 2004 à mars 2009. Le tiroir à sachet peut s'ouvrir subitement, posant un risque de brûlures. Cessez l'utilisation et contactez **Bunn-O-Matic**: 1-800-741-3405 ou www.bunn.com

Condamnations

Ces condamnations ont été rendues publiques récemment. Toutefois, il s'écoule plusieurs mois entre le moment où l'infraction est constatée et celui où le tribunal rend son verdict.

Alimentation

Les inspecteurs de la Division de l'inspection des aliments de la Ville de Montréal ont découvert des rongeurs ou leurs excréments dans les établissements suivants: **Marché Reynald** de la rue Jean-Talon Est (janvier 2008, 1500 $ d'amende), **Boulangerie Pâtisserie Picadilly** de l'avenue Ogilvy (avril 2008, 1500 $), **Restaurant Lumama** de la rue Sainte-Catherine Ouest (décembre 2007, 1200 $).

Ces restaurants ont détenu des aliments à une température inappropriée, ce qui représente un risque pour la santé de leurs clients: **Restaurant U & Me** de la rue Sainte-Catherine Ouest (février et mai 2008, 7e infraction depuis 2006, 4250 $), le restaurant **Shish Poulet** du boulevard Pie-IX à Montréal-Nord (avril 2008, 4e infraction depuis 2008, 1200 $), **Restaurant Montaza P.A.T.** de la rue Sherbrooke Est à Pointe-aux-Trembles (février 2008, 2e infraction depuis 2008, 1250 $).

Le restaurant **Kameila** de l'avenue du Mont-Royal Est n'a pas maintenu ses locaux et ses équipements propres (septembre 2008, 1250 $).

Fraude fiscale

Au lieu de remettre à l'État les taxes payées par leurs clients, ces commerçants ont gardé l'argent dans leurs poches: **Toiture Longueuil** et **Restauration Vézina et ass.** de Saint-Hubert ainsi que **Martin Vézina** et **Jean Lafortune, CMA** (de mars 2001 à octobre 2003, 400 000 $ d'amende), **Restaurant Chez Mike** de Richmond (de juillet 2004 à juillet 2008, 105 540 $), le restaurant **Bato Thaï Blainville** (2006, 57 542 $), **Service d'entretien Uni-Pro inc.** de Montréal-Nord (de février 2000 à janvier 2005, 49 625 $ et 12 mois à purger dans la communauté), **Restaurant Patrick Tam** de Saint-Georges (d'août 2005 à juillet 2008, 15 818 $). Ils devront aussi rembourser les taxes.

Un commerçant doit tenir des registres et conserver toutes ses factures de ventes, notamment pour démontrer qu'il n'utilise pas un système de double facturation. Or, ces restaurants ont dérogé à cette obligation: **Baguettes de Szechuan** de Longueuil (de novembre 2007 à mars 2008, 10 000 $ d'amende), **Buffet et Bar Newport** de Brossard (avril et mai 2006, 6010 $), **Milan Pizzeria** de Boucherville (novembre 2007, 6000 $), **Village de Chine** de Sherbrooke (de mars à juillet 2006, 6000 $), **Restaurant Khémara** de Charlesbourg (juillet 2007, 4000 $), **Domino's Pizza** de Sherbrooke (automne 2006, 4000 $).

Vente au détail

Ces magasins ont refusé de remettre gratuitement à un client le produit qui avait fait l'objet d'une erreur de prix: **Best Buy** de la rue Auguste à Greenfield Park (février 2007, 2510 $ d'amende) et **Canadian Tire** de Saint-Bruno (novembre 2007, 2510 $). Les commerçants doivent apposer une étiquette sur tous leurs produits OU indiquer les prix sur les tablettes et se conformer à une politique d'exactitude des prix. Cette politique prévoit que, en cas d'erreur, le commerçant remettra gratuitement le produit si son coût est de 10 $ ou moins, ou il accordera un rabais de 10 $ sur le prix corrigé si l'article se vend plus de 10 $. **SP**

Trouvez plus d'avis et rappels sur
www.protegez-vous.ca



COQUILLES POUR SPORTIFS

1er mai 2009 — Coquilles pour sportifs **Under Armour**, vendues seules ou avec un short de compression, un support athlétique ou un *slider short* de janv. 2006 à mars 2009. Tous les modèles sont rappelés. Elles peuvent se briser à la suite d'un coup, posant un risque de blessure grave. Cessez l'utilisation et contactez **Under Armour**: 1-888-823-0343 ou www.underarmour.com

FERS À REPASSER

22 avril 2009 — Fers à repasser **Conair** DPP1500C à réservoir d'eau amovible, vendus d'août 2005 à déc. 2008 notamment chez **Sears** (article 80844). Le fer peut surchauffer, posant un risque d'incendie; 2 incendies signalés. Cessez l'utilisation et contactez **Conair**: 1-866-729-2389 ou www.conaircanada.ca



LITS D'ENFANTS

30 avril 2009 — Ce rappel s'ajoute au rappel publié en mai 2009. Lit d'enfant 3-dans-1 **Columbia**, modèle 10H122, codes dateurs de 03/2007 à 05/2008, et lit évolutif **Fairmont Lifetime**, modèle 0302P00C, codes dateurs de 12/2007 à 08/2008, vendus chez **Toys R Us** de mars 2007 à avril 2009. Les barreaux peuvent se briser et créer un vide où les bébés peuvent rester coincés et s'étrangler. Cessez l'utilisation et contactez **Dorel Distribution Canada**: 1-800-295-1980 ou www.djgusa.com

MINUTERIES NUMÉRIQUES

15 févr. 2009 — Minuteries numériques industrielles portant l'inscription DT17 sur la plaque signalétique, codes dateurs de 40Z à 52Z, de 01A à 52A, de 01B à 52B et de 01C à 52C, vendues de sept. 2005 à déc. 2008. Le contact de mise à la terre peut être mal aligné et causer un contact intermittent avec la prise de terre de la fiche tripolaire d'un appareil branché dans la minuterie, posant un risque de choc. Contactez **Intermatic**: 1-800-704-3595 ou www.intermatic.com

PARCS PORTATIFS

13 mai 2009 — Parcs portatifs pour enfants **Soothe and Sway Eddie Bauer** comprenant une couchette berçante, une table à langer intégrée et un mobile formé de 3 ours en peluche, modèles 05044CFRK, 05044CSNW et 05044CWPR, fabriqués avant le 31 déc. 2008 et vendus de juin 2008 à mai 2009. La couchette berçante peut basculer et l'enfant rouler sur le côté ou dans un coin, posant un risque d'asphyxie. Cessez l'utilisation et contactez **Dorel Juvenile Group**: 1-888-233-4903 ou www.djgusa.com

PILES POUR ORDINATEURS PORTABLES

14 mai 2009 — Certaines piles incluses dans ces ordinateurs portables **HP** fabriqués d'août 2007 à janv. 2008, ou achetées comme accessoire ou pièce de rechange: **Compaq Presario** A900, C700, F700, V3000, V3500, V3700, V6000, V6500 et V6700; **HP** G6000 et G7000; **HP Compaq** 6720s; **HP Pavilion** dv2000, dv2500, dv2700, dv6000, dv6500, dv6700, dv9000, dv9500 et dv9700. Elles peuvent surchauffer, posant un risque de brûlures ou d'incendie. Cessez l'utilisation et contactez **HP**: 1-800-889-2031 ou www.hp.com/support/BatteryReplacement

SUPPORTS MURAUX POUR TÉLÉVISEURS

7 mai 2009 — Supports muraux pour téléviseurs, modèle AVF FP1004PB-4, vendus notamment chez **Costco** (article 180035). Les vis de fixation peuvent se briser en cas de vissage excessif lors de l'installation, entraînant la chute du téléviseur et un risque de blessures. Remplacez les vis originales par celles que vous fournira **AVF Group inc.**: 416-935-0003, poste 225

VÊTEMENTS DE NUIT

Les articles suivants ne respectent pas les exigences d'inflammabilité et, exposés à certaines sources de chaleur, ils peuvent s'enflammer.

28 avril 2009 — Vêtements de nuit pour enfants **Blü**, 100 % coton, nº CA36475, vendus d'août 2008 à janv. 2009, couleurs et modèles suivants: chemise turquoise ou framboise, BF8-759; haut de pyjama turquoise ou framboise, BF8-715; haut rose vif, BF8-716; pyjama 2 pièces fuschia, BF8-720; pantalon framboise, rose vif ou turquoise, BF8-713. **Ce rappel s'ajoute au rappel diffusé en déc. 2008 par la cie** et qui visait les vêtements de nuit nº CA36475 suivants, **sans extrémités côtelées**: pantalon à motif fleuri fuschia, BF8-717, à carreaux rouges et or, BF8-714P, ou à carreaux fuschia, BF8-714. Cessez l'utilisation et contactez **Blü**: 514-762-1111

6 mai 2009 — Chemises de nuit **P Jammers Girls** pour fillettes, vert et bleu avec la mention *Peace and Love*, tailles de 8 à 16, article 53242, vendues chez **Sears** du 13 avril au 4 mai 2009. Retournez-la chez **Sears**.

PETITES PIÈCES

Les produits suivants possèdent de petites pièces qui peuvent se détacher, posant un risque d'étouffement.



30 avril 2009 — Manteaux pour enfants à capuchon babyGap avec boutons beiges en bâtonnet en plastique, tailles de 0 à 24 mois, **Toggle Hoodie** (style 600298) et **Duffle Coat** (600344) roses, **Toggle Coat** (600942) à carreaux bleus ou uni beige, vendus d'oct. 2008 à avril 2009. Les boutons peuvent se briser et se détacher du manteau. Retournez-le chez **babyGap**, **GapKids** ou **Gap** ou composez le 1-888-747-3704.

Protégez-Vous

MAGAZINE
Directeur: Sylvain Masse
Rédactrice en chef: Lise Bergeron
Rédacteur en chef adjoint: Stéphan Dussault
Équipe de rédaction: Rémi Maillard, Dominique Pasquin, Frédéric Perron et Stéphanie Perron

TESTS
Coordonnatrice: Caroline Vadnais, ing.
Chargés de projets: Émilie Brunelle et Félix Ménard Saint-Denis

PRODUCTION
Directeur: Richard Lévesque
Infographistes: Valérie Banville et Guy Lacroix

SERVICE DE PRESSE
medias@protegez-vous.ca
Directrice des communications: Manon Lacourse

COMMERCIALISATION
Directrice: Maryse Lafrenière
Représentante publicitaire: Géraldine Richard
450-224-7682 grichard@protegez-vous.ca

Audit Bureau of Circulations

INTERNET
Directeur: Éric Léveillé
Édimestre: Pierre Duchesneau
Directeur de l'informatique: Denis Mousseau
Coordonnateur de l'intégration des contenus: Jesse Caron

Les Éditions Protégez-Vous
La référence des consommateurs

2120, rue Sherbrooke Est, bureau 305
Montréal (Québec) H2K 1C3
Télécopieur 514-223-7160
www.protegez-vous.ca courrier@protegez-vous.ca

DIRECTION GÉNÉRALE
Directeur général: David Clerk
Directrice des communications: Manon Lacourse
Directrice de la comptabilité et de l'administration: Anissa Zoug
Soutien à l'équipe: Alain Migneault

MISSION
Le magazine *Protégez-Vous* est publié par Les Éditions Protégez-Vous, un organisme sans but lucratif entièrement indépendant voué à l'éducation et à l'information du public en matière de consommation.

CONFIDENTIALITÉ
Protégez-Vous ne vend sa liste d'abonnés ou de clients à aucun organisme ou compagnie, quels qu'ils soient.

DÉPÔT LÉGAL
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2009
Bibliothèque et Archives Canada, 2009
ISSN 0701-8517 *Protégez-Vous* est indexé dans Repère.

Canada

Nous reconnaissons l'aide financière accordée par le gouvernem du Canada pour nos dépenses d'envoi postal et nos coûts rédact nels par l'entremise du Programme d'aide aux Publications (PAI et du Fonds du Canada pour les magazines.

Pour en connaître davantage sur les politiques qui régissent Les Éditions Protégez-Vous, le magazine *Protégez-Vous* ou enco les titres de la Collection Protégez-Vous:

WWW.PROTEGEZ-VOUS.CA

GARANT DES FORÊTS INTACTES

Les Éditions Protégez-Vous sont signataires de la campagne de protection des forêts intactes d'ÉcoInitiatives.
www.ecoinitiatives.ca

SERVICES TECHNIQUES
Préimpression: Interweb inc.
Impression et expédition aux abonnés: Transcontinental Boucherville
Distribution: Les Messageries Benjamin
Hébergement du site Internet: Absolunet

SERVICE DES ABONNEMENTS
C.P. 5000, succ. Saint-Martin, Laval (Québec) H7V 0A5
1-866-895-7186
(de 8 h 30 à 21 h du lundi au vendredi, de 9 h à 21 h le samedi et le dimanche)
service@protegez-vous.ca
Tarif d'abonnement, 1 an (12 numéros): 36,12 $ (taxes comprises)

POUR SEULEMENT 6 $ DE PLUS, OFFREZ-VOUS LA PAIRE!

MAGAZINE
12 numéros

- ✓ Chaque mois, le plaisir de recevoir chez vous le magazine
- ✓ 12 numéros par année, dont les guides *Autos* et *Jouets*
- ✓ Tests, enquêtes, dossiers et guides d'achat
- ✓ Bref, une foule d'informations et de conseils pratiques pour mieux consommer et économiser

Seulement ~~63,40$~~ 32 $

SITE INTERNET + MAGAZINE
12 mois + **12 numéros**

- ✓ Accès illimité à plus de 1000 tests, enquêtes, guides d'achat et dossiers en ligne
- ✓ Contenu exclusif, tableaux comparatifs et vidéos
- ✓ Infolettres par courriel personnalisées
- ✓ Le magazine livré chez vous chaque mois pendant 12 mois

Seulement ~~90,40$~~ 38 $ la paire

N'HÉSITEZ PLUS, ABONNEZ-VOUS DÈS MAINTENANT!

Découpez et postez

☑ OUI! Je m'abonne à *Protégez-Vous* et je choisis:

❑ **12 numéros du magazine** pour 32 $ plus taxes* (ID235)

❑ **12 numéros du magazine + 12 mois au site Internet** pour 38 $ plus taxes** (ID222)

❑ Mme ❑ M.

PRÉNOM ______ NOM ______

ADRESSE ______ APP. ______

VILLE ______ PROVINCE ______ CODE POSTAL ______

TÉLÉPHONE ______ COURRIEL (OBLIGATOIRE POUR LA PAIRE) ______

PAIEMENT

❑ **Facturez-moi**

❑ **Chèque** (à l'ordre de *Protégez-Vous*)
Protégez-Vous – C.P. 5000, succ. Saint-Martin,
Laval (Québec) H7V 0A5

Carte de crédit ❑ **Visa** ❑ **MasterCard**

Numéro de carte ______

Date d'expiration ______

Signature ______

* **36,12 $ taxes incluses**, au lieu de 71,56 $ en kiosque. ** **42,89 $ taxes incluses** (prix du magazine en kiosque: 71,56 $; prix courant du forfait Internet: 30,48 $). Adresse de **courriel obligatoire**. À défaut de la recevoir, nous appliquerons la totalité de votre paiement à un abonnement prolongé au magazine. Offre valable au Canada jusqu'au 30 septembre 2009. À l'échéance de l'abonnement, vous recevrez une facture qui vous permettra de le renouveler au **plus bas tarif**, et ce sans obligation de votre part.

MPUPV0907

200907

www.protegez-vous.ca/avantages

1-866-895-7186

ÉCONOMISEZ JUSQU'À 58%



+

